



A világ 122 klasszikus, egzotikus fűszerkeverékeinek bemutatása, felhasználási javaslatokkal.

A világ közelebb jött hozzánk az informatikai korszaknak köszönhetően. Vágni és megfőzni egy egzotikus ételt már nem jelent problémát, sem a recept kikeresésében, sem az alapanyagok beszerzésében.

Ennek ellenére sokan érezzük úgy, hogy nem tudunk eligazodni a hatalmas választékban, és nem tudjuk mi mire való. Ebben szeretnénk segíteni ezzel az összefoglalóval, segíteni eligazodni a világ tájegységeire jellemző fűszerkeverékeiben. Reméljük segítünk megismerni egy ízletes világot. Fogjunk bátran hozzá a megálmodott étel elkészítéséhez, és használjuk ezt a katalógust, hogy kiigazodjunk az ízek és a világok találkozásában. Ez az összeállítás a www.egzotikusfuszerek.hu webáruház kínálatára alapozva lett elkészítve.

Sok sikert kívánok az ételek elkészítésében!

Üdvözlettel

Vida László - egzotikusfuszerek.hu

© Vida László, (Kingfisher Kft), minden jog fenntartva. Idézni, másolni, részben vagy egészben csak írásos engedéllyel megengedett.



1. Adobo Almagro

Spanyolország, Portugália, Madeira

Adobo spanyolul marinád, pácot, szósz vagy fűszerezést jelent, jellegzetes összetevői a paprika, általában füstölt, oregano, só, fokhagyma, a keverékhez használat előtt vörösborecet vagy citromlevet adnak. Ez a fűszerezési eljárás Spanyolországban, Portugáliában alakult ki, és innen terjedt el a hódítókkal szerte a mai spanyolnyelvű világban. Régen ez egy tartósító alkalmazás volt, és elvéve használják még erre a célra. Ma már főként ízletes fogások elkészítésére használjuk, mint marinád különféle húseletek elkészítésekor. Az Almagro Adobo, a Ciudad Real megyéből származó fűszerkeverék, erre az ételre megvalósítható a híres „Berenjenas de Almagro”, az Almagro padlizsán, és ezzel együtt képezi a jellegzetes Almagro ízt. A húsválasztás pedig marha vagy sertés ezekben az ételben. A paprika nemcsak a szép piros színért felel, de a magas capsaicin tartalma segít az ízeknek behatolni a hús zsírtartalmába.



Felhasználási javaslat:

Használjuk dörzsfűszerként grillezés, asztali fűszerként, vagy marinádnak, pácnak az elkészíteni kívánt húsnak. Mint általában, a legjobb eredményért pár órával, de legjobb egy éjszakával az elkészítés előtt bepácolni a húst. Ezen kívül ragukat, pörkölteket lehet készíteni ezzel a fűszerezéssel.

Hétvégére tervez vacsorát? Adja le Csütörtök délig a rendelést, és péntekre már meg is kapja. Házhoz szállítva!

A délig (12.00-ig) leadott rendeléseket másnapra szinte mindig megkapja. De csak akkor, ha a másnap munkanap. Nyugodtan tervezzen egzotikus ebédet, vacsorát, mi szállítjuk hozzá a különleges hozzávalókat!



2. Adobo Filippínó

Fülöp-szigetek

A Fülöp-szigeteki Adobo teljesen eltér a spanyol változattól, habár a spanyolok hozták a szigetekre gyarmatosításuk során a kései 16. században. Ma már nemzeti étel elkészítési módnak tartják, nem csak fűszerezésnek. Itt is a fő hozzávaló a paprika és a rizsecet, de kiegészül szójaszósszal. Szinte csak főzési módszer, sütni ritkán szoktak adobo fűszerezéssel. A bennszülött Filippínók is tartósítási eljárásaként használták az adobo főzést, majd a kínai kereskedők hatására a szójaszósz is hozzávalóként került az adobo-ba, és a só lassan kikerült belőle. Hagyományosan agyag edényekben főzték (palayok), de ma már fém lábasban, Wok-ban készítik. Az adobo íz annyira népszerű szerte Fülöp-szigeteken, hogy manapság mindenféle snack ízesítésére is használják, pl. chips, mogyoró vagy pattogatott kukorica.



Felhasználási javaslat:

Tipikusan sertés, csirke, vagy mindkettő kombinációja, lassú tűzön főtt ételket készítünk adobo módra. Sokféleképpen variálják a Filippínek, ananásszal, kókusztejjel, kurkumával, stb. Délen halat vagy tengeri herkentyűket is főznek adobo módra. Használják spenót, padlizsán, banánvirág, okra elkészítésekor is. Az igazán egzotikus fogások az Adobo Kígyó, vagy az Adobo Békacomb.



3. Adobo Porto Rico



Puerto Rico, Karibi térség

A Porto Rico Adobo változatot, a fűszerezett sózást, gazdagon megszórva, bedörzsölve a húst, sütés, grillezés, roston sütés előtt használják. Két fajta Adobo létezik a szigeten, a nedves Adobo, az „Adobo Mojado”, tartalmaz fokhagymát, olíva olajt, sót, fekete borsot, oregano-t, citromlevet vagy ecetet, vagy mindkettőt keverve. Jobban elterjedt viszont a száraz Adobo használata, az „Adobo Seco”, ami tartalmaz fokhagymaport, hagymaport, sót, borsot, szárított oregano-t, és legtöbbször szárított citromhéjat is. Egyik variációból sem hiányozhat a chili, egy helyi csípős fajta.



Felhasználási javaslat:

Grillezett, roston sült, rántott húsek, mint pl. csirke, kecske, marha, sertés, tengeri herkentyűk, halak, rákok, languszták fűszerezésére használják. Párolt, vagy grillezett zöldségfélék fűszerezésére. Jól illik savanykás gyümölcsös ételekbe, pl. ananász, mangó, stb.



4. Advieh



Irán, Perzsa-Öböl, Afganisztán

Perzsa fűszerkeverék, meleg, nagyon aromás, szárított rózsaszirmok, fahéj, kardamom, szegfűszeg, szerecsendió, gyömbér, koriander, safrány, kurkuma és római kömény hozzáadásával készül általában. Helyi variációk itt is vannak, sőt családonként változik, mindenki a sajátjára esküszik. Ha összehasonlítjuk valamivel, akkor leginkább a Garam Masalára hasonlít, csak enyhébb.

Felhasználási javaslat:

Leggyakrabban rizs, húsos és babos raguk, grillezett, roston sült zöldségek, grillezett sült húsek és rizs pudingok fűszerezésére használják. Kiváló még grillezett cukkini, tökfőzelék, omlett, vagy tojásrántotta ízesítésére is.



5. Amerikai Barbecue Grillfűszer, Kansas-i Egyesült Államok, Kanada



Amióta a bennszülött amerikaiak megtanították a bevándorlókat vadhúst sütni lassú, főtt tűzön, ez Amerika legnépszerűbb sütési módszere. Az Egyesült Államokban a legmeghatározóbb BBQ keverék az édeskés Kansas BBQ. Marhahús (steak) fűszerezésére használják, grillezéskor, Barbecue sütéskor, roston sütéskor. A Barbecue sütési módszer a grillezés és a füstölés közötti hús elkészítési módszer, általában hosszabb ideig, alacsony, 110-130 C-on sülve. Jellegzetes összetevői: chili, paprika, barnacukor, vörshagyma, gyömbér, szegfűbors, füstölt só, cayenne, bors.

Felhasználási javaslat:

A Déli Államokban inkább a komoly Barbecue-zést alkalmazzák előszeretettel, több órán át sülve a húst, míg északabbra, már a nyílt lángon készített gyorsabb grillezés a szokás, de mindkettőre alkalmas ez a fűszerkeverék, legyen az bármilyen hús, marha, sertés, csirke, őz vagy szarvas.





6. Amerikai Barbecue Grillfűszer, Texas-i Egyesült Államok, Kanada



A Dél-keleti Amerikai Államokban tipikusan a már-már Tex-Mex ízesítésű húseteleket fogyasztják előszeretettel. A keverék tartalmaz szinte mindig chilit, paprikát, (néha füstölt paprikát), cayenne-t, fokhagymát, vöröshagymát, mustármagot, koriandert, sót, feketeborsot, oregano-t, barnacukrot, és gyakran egzotikus hozzávalókat is, mint kakaóport vagy fahéjat. A Barbecue sütési módszer a grillezés és a füstölés közötti hús elkészítési módszer, alacsony, 110-130 C-on sülve.



Felhasználási javaslat:

A Déli Államokban inkább a komoly Barbecue-zést alkalmazzák előszeretettel, több órán át sülve a húst, erre kiválóan alkalmas ez a fűszerkeverék, legyen az bármilyen hús, marha, sertés, csirke, vad.



7. Andalúz Fűszerkeverék, Fűszersó Spanyolország, Portugália



Az andalúz fűszerkeverékeket két meghatározó hatás érte, egyrészt az arab/mór, másrészt a Dél-Európai, mediterrán íz világ alakította. Mindennapi a „pinchos” fogyasztása, ami egy grillezett saslikzerű húsos falatka, meghatározó fűszerezéssel. A hidegen tálalt Gaspacho levest is így fűszerezik. Fő hozzávalók: paprika (gyakran füstölt), bors, gyömbér, mustármag, fokhagyma, ánizs, római kömény, só, koriander, oregano, babér és nem hiányozhat a sáfrány sem.



Felhasználási javaslat:

Grillezett, roston sült és sült húsok fűszerezésére, mindenféle húsos-zöldséges raguk, levesek ízesítésére. Kolbászok, több paprikával kiegészítve, húsgolyók (pilotas), gyökérzöldségek, csicseriborsós fogások, tojásételek, bárány-, kecske-, sertés- és szárnyas húsból készült ételek ízesítésére.



8. Arab Hétfűszer keverék



Észak-Afrika, Közel-Kelet, Perzsa-öböl

Marokkótól Pakisztánig használják ezt az általános, mindennapi fűszerkeveréket. Az íze viszont nem mindennapi: mély, meleg, illatos, nem mindig csípős, nagyon kellemes, hangulatjavító fűszerkeverék. Ha nincs módunkban beszerezni egy több száz éves családi keverési receptet, elégedjünk meg a megvásárolható keverékkel, amely tartalmaz: feketeborsot, paprikát, római köményt, koriandert, szegfűborsot, szerecsendiót, fahéjat és kardamom-t. A törökök mindig adnak hozzá jó csípős Aleppo chilit, paprika helyett.



Felhasználási javaslat:

A húst jól dörzsöljük be ezzel a keverékkel, mielőtt ragut készítenénk belőle, vagy ha roston sütnénk, grilleznénk, akkor olíva olajjal keverve képezzünk egy olajos dörzsfűszert. Ha párolt zöldséges ételt készítünk belőle, akkor pároljuk együtt a zöldségekkel. Sütés közben a halra szórva meglepően finom ízt ad.



9. Azték fűszerkeverék



Mexikó, Közép-Amerika

Az Aztékok fő eledele a kukorica, a bab, a paradicsom, az amarant, és különféle vadhús volt, fűszerezésben is nagyon sok volt a választásuk: chili paprika, kakaóbab, oregano, ánizs, koriander, szegfűbors, „canella” a fehér fahéj, az európaiak pedig hozták a fokhagymát és a vörshagymát, ezek is ma már fontos ízesítők a mai Közép-Amerikai konyhában. Az azték konyha fűszerezése nagy benyomással hatott az európai konyhára, onnan származik pl. a chilipaprika, és a kakaó.

Felhasználási javaslat:

Az aztékok használták kukoricából készült ételek, különféle húsok, vadhúsok, halak, főleg harcsa, gombafélék, cukkini ízesítésére. Fontos volt még a bab ételek, valamint az amaránt ízesítése is.



Tudta? Nálunk nem csak egzotikus fűszereket és fűszerkeverékeket talál, hanem szinte mindent, ami a távoli tájak különleges ételeibe szükséges. Sokféle rizs, gabonák, különleges szószok, sókülönlegességet, friss fűszerek, bio hozzávalók, sőt, még a hangulat megteremtéséhez szükséges távoli kiegészítőket is.

Az ingyenes szállítási limit nálunk a legalacsonyabb, mindössze 9.500,- Forint!

Nem tudja mit főzzön? Nézzen be a [“Receptek”](#) menüpont alá a webáruházunkban és válasszon az egzotikus receptek közül.

A jobboldali [“Gyors bevásárló listá”](#)-val pedig egy gombnyomásra megvásárolhatja a különleges hozzávalókat, olyanokat, amelyeket a közértben nem talál.



10. Bafat Masala, Bafat Pito



India déli része, Mangalore, Goa

India déli, katolikus lakosságának a hagyományos fűszerkeveréke, a portugál és az indiai fűszerezési szokások összeolvadása. A Goa-i üzletekben kapható keverék összetételei általában megegyeznek, kis eltérések azért vannak, de biztosan tartalmaz szárított, őrölt chilit, koriander magot, római köményt, fehér mustármagot, feketeborsot, kurkumát, fahéjat, és szegfűszeget.

Felhasználási javaslat:

Sokoldalú keverék, minden mangalore-i háztartásban ott van a fűszerpolcon, használják csirke-, sertés-, bárány-, hal- és zöldség-ételek fűszerezésére, nem túl csípős, de aki nem szereti az erőset, annak vigyáznia kell, ez mégis csak egy indiai fűszerkeverék. Híresek a „Pork Bafat” (Bafat Sertés), és a „Chicken Sukka” (Csirke kókuszdióval) fogások.





11. Baharat



Közel-Kelet, Törökország, Észak-Afrika, Perzsa Öböl

A Közel-Keleti konyhákban általánosan használt, mindennapi fűszerkeverék, hiszen a "Baharat" szó fűszert jelent. Tipikusan feketeborsot, római köményt, fahéjat és szegfűszeget tartalmaz, de mint minden más keverék, ennek is megvannak a helyi keverési receptjei, többféle hozzávalóval. Aromás, meleg és édes keverék. A török Baharat tartalmaz mentát is, és Észak-Afrikában rózsaszirmokat is morzsolnak bele. A Perzsa öböl mentén sáfrányt is tesznek hozzá, és akkor úgy nevezik, hogy "Gulf Baharat".



Felhasználási javaslat:

Egy csipetnyi a levesbe, paradicsomszósza, lencseételbe, és már is mélyebb dimenziót adtunk az ételnek. A pilaf és kuskusz ízesítője. Használhatjuk dörzsfűszerként rántott/sült halon, sütni, grillezni szánt szárnyasokon, vagy húson. Oliva olajjal keverve kiváló marinád/pác zöldségeken, húson. Ha fokhagymát, petrezselyemzöldet is adunk hozzá, akkor kiváló fűszerpasztát kapunk.

Csökkentse szállítási költségeit! Fizessen Bankkártyával, PayPal-lal, vagy előre utalással, és takarítson meg 100 Ft-ot.

Kérje a szállítást az Önhöz közeli Postára, Posta Pontra, és újjabb 100 Ft-t megtakarít.

A leggazdaságosabb persze az, ha 9.500 Ft-ért vásárol, előre kifizeti a fent említett valamelyik fizetési módon, mert akkor SEMMIT nem kell szállításra költenie!



12. Baharati Kebap

Törökország, Közel-Kelet, Egyiptom

Ha az amerikaiaknak a hamburger, akkor az európaiaknak inkább a kebab. Legalábbis ha egy nagyváros éjszakáját járjuk, és a buli utáni fiatalok étkezéseit figyeljük. Régóta létezik, függőleges formában viszont csak kb. 100-120 éve, Hacı İskender nevű török vendéglátósnak köszönhetően. A jelenlegi fűszerezést is neki köszönhetjük, kisebb-nagyobb változtatásokkal. Ahhoz, hogy az eredeti ízt belevarázzsoljuk a sült húsba, nem kell egymásra rakni a szeletelt húst, és apránként levagdosni belőle. Elég ha az ízesítésről, a sütésről, a köretről és a pita kenyérről gondoskodunk, és máris élvezhetjük a Kebap ízét, ráadásul ízfokozók nélkül.

Felhasználási javaslat:

Szeletelt, sült húsok, mint pl. bárány, marha, sertés, vagy szárnyas (tawuq), sőt még halak ízesítésére is, de raguk, levesek fűszerezésére is kiváló. A darált hamburger húsba keverve, nem nyugatra, hanem keletre visz az íz világa. Próbáljuk ki pizzán is ezt a keveréket.





13. Balkán



Albánia, Makedónia, Bulgária

A Balkán (bolgár, albán, makedón) konyhában hasonlóak az étkezési szokások, főleg húskételek vonatkozásában. A sok évszázados török uralom még mélyebb hatással volt az itteni fűszerezési szokásokra, mint nálunk Magyarországon. Legnépszerűbb a bárány és a birka, ezek húsát grillezik, sűtik, főzik, de darálva is sokféle ételt készítenek belőle. Gyakori még a húsgombóc, levesekbe főzve, vagy sűtve. Fűszerezésként a húskételekhez paprikát, vöröshagymát, fokhagymát, zellert, petrezselymet, feketeborsot, citromot (levet és héját), köményt használnak.



Felhasználási javaslat:

Sűlt-, grillezett-, rostonsűlt marha-, bárány-, sertéshúsok ízesítésére, húsgombócok, fasírtok fűszerezésére. A bolgár rizses, paradicsomos, krumplis bárányhúsos „djuvecsok”, a húspogácsa „kjufte”, és a muszakák ízesítésére, az eredeti balkán íz világ előidézésére.



14. Balti Curry



India, Pakisztán, Kashmir, Nepál, Anglia

A Balti név kivételesen arra utal, hogy a curryt miben szokták elkészíteni, nem pedig az elkészítési módra, vagy a vidékre. Egyesek szerint a Balti egy wok-szerű edény, hindu neve „Balty”, innen kapta a nevét, mások szerint egy etnikai népcsoportról, akik Baltisztánban, észak Pakisztánban élnek. Az Egyesült Királyságban nagyon elterjedt fűszerezési módszer, abban különbözik a többi Curry elkészítésétől, hogy majdnem teljesen besűríti a levét, lassú főzéssel.



Felhasználási javaslat:

Főleg csirke-, vagy más szárnyas-, nyúl-, bárányhúsok elkészítéséhez, indiai ragu (curry) főzéséhez.



15. Bami Goreng



Indonézia, Malájzia, Szingapúr, Hollandia

A Bami Goreng egy tészta étel, szó szerint sűlt tésztát jelent, eredetileg a kínai kereskedők honosították meg Dél-kelet Ázsiában (Chow Mein tészta), majd a gyarmatosító Hollandia is megismertette a saját népével, és igen népszerű a mai napig Hollandiában. Néha tojásos búzaliszt tésztából, néha rizstésztából, de van, amikor üvegtésztából (mungó bab keményítő) készítik. Ezt a fogást csípősen kell fogyasztani. A kombináció kimeríthetetlen, azzal főzzük, ami épp van otthon, vagy, aminek szezonja van.



Felhasználási javaslat:

Készíthetjük csirkehússal, garnélarákkal, tengeri herkentyűkkel, húsgolyókkal, marhahús darabkákkal, sertéshússal, és mindenféle zöldségekkel, apróra vágva.



16. Berbere



Etiópia, Djibuti, Szomália, Eritrea

A Berbere a legfontosabb fűszerkeverék az Etiópiai konyhában. Ez a keverék a mindennapi ételeket egy új dimenzióba emeli. Használják Eritrában, Djibutiban és Szomáliában is, aki evett már ezen tájakról ételeket biztosan találkozott ezzel a fűszerkeverékkel, mert szinte mindenben ezt használják, mélységet, melegséget adva a babételekhez, a húsokhoz és a ragukhoz. Ez a határozott kesernyés, csípős és édes kombináció képviseli a kelet-afrikai térség kulturális befolyását az indiai subkontinensről, valamint az Új-Világból. Természetesen minden szakácsnak, családnak megvan a maga titkos keverési receptje, de a fő hozzávalók szinte mindenhol állandóak: csípős chili, fekete-bors, görögszéna, gyömbér, kardamom, koriander, fahéj, szegfűszeg és ajovan. Van olyan vidék, ahol római kömény, szegfűbors, szerecsendió, paprika, hagyma és fokhagyma is belekerül.



Felhasználási javaslat:

Használhatjuk szárazon is, de olajjal keverve pasztaként is. Hagyományosan a lassú tűzön főtt ételekben használhatjuk a legeredményesebben, mint pl. a ragukban, pörköltekből. Szórjuk bátran a lencseételekbe, roston sült zöldségekre, de van aki hamburgerbe, húsgolyókban és roston sült csirkéhez is szívesen használja. Az etiópiai Marcus Samuelsson azt javasolja, hogy készítsünk belőle mártogató szószt, olíva olajjal, citromlével, ecettel és aprított fekete olíva bogyókkal.

Tudta? Az általunk árusított fűszerkeverékek lejáratí dátuma egy biztonsági dátum. Ez nem azt jelenti, hogy akkor el kell dobni, a fogyasztóra bízzuk, döntse el, Ő meddig használja. A fűszerkeverék ritkán romlik meg, csak az illóolaj intenzitásából veszít. Mi mindig frissen darált fűszerkeverékeket szerzünk be, és ha a keverék szavatossága két hónapnál korábban lejár, akkor azt kiárusítjuk akciósan, vagy ajándékba adjuk, közölve a lejáratí dátumot. Ez így fair. Az ingyenes szállítási limit nálunk a legalacsonyabb, mindössze 9.500,- Forint!



17. Biryani Masala



India, Pakisztán, Nepál, Bhután

Ez a keverési mód nagyon hasonlít a Garam Masala-hoz, de nem készítik annyira csípőse, inkább aromásra. Főleg nyugat és észak India jellegzetes fűszerkeveréke. A fűszeradagolással vigyázni kell, mert könnyen túlfűszerezhetjük ételünket. Még az unalmasabb ételeket is kellemesen fűszeressé varázsolja. A keverés legfontosabb jellege az aromás fűszerek megfelelő aránya, egyensúlya. Legfontosabb összetevői: fahéj, kardamom, szegfűszeg, édeskömény, csillagánizs, babérlevél, szerecsendió, fekete-bors.

Felhasználási javaslat:

Zöldséges és húsos Biryani készítéséhez. Citromlével, olíva olajjal, kombinálva használhatjuk marinádnak, pácnak húsokhoz, de még túróhoz is. A sárgarépatorta, süttőtörtorta kiváló fűszerkeveréke. A curry fogásokban is finom egy-két csipetnyi Biryani Masala.





18. Bombay



India, Pakisztán, Nepál, Bangladesh, Myanmar

A Bombay keverék a város régebbi nevééről kapta az elnevezést, a várost ma már Mumbai-nak nevezzük. Ez a keverék kifejezetten enyhe, inkább földes íz világú fűszerek dominálnak. A szárított hozzávalói közül a lencse, a földimogyoró, a csicseriborsó, a fűszerek közül pedig a hagyma, vagy az asafoetida, a curry levelek, a koriander, a mustármag, a kurkuma, a gyömbér, említésre méltó. A Pakisztánok „Chevdo”-nak, a Burmaiak „Sarkalay Chee”-nek, a Bangladesiek „Chanachur”-nak, a Nepáliak pedig „Dalmoth”-nak nevezik.



Felhasználási javaslat:

Száraz dörzsfűszernek, pl. csirkehúshoz, grillezés, BBQ előtt 5-10 perccel. Más curry ételekhez, indiai ihletésű ragukhoz, halhoz és tengeri herkentyűkhöz kiváló.



19. Bouquet Garni



Franciaország, Belgium, Svájc

A „Rendezett Csokor” nevű francia fűszerkeverék legtöbbször kakukkfűvet, babérlevelet, tárkonyt, petrezselymet tartalmaz, de variációi tartalmazhatnak még bazsalikomot, turbolyát, zellerlevelet, rozmaringot, csombort is. Szezonban természetesen frissen, de télen a szárított keverék is kitűnő. A friss fűszercsokrot húskötöző zsinorral átkötve tesszük az ételbe mindjárt a főzés elején, a száraz keveréket pedig beleszórva.



Felhasználási javaslat:

A francia raguk nem maradhatnak nélküle, mint pl. a „Boeuf Bourguignon”, a „Pot au Feu”, a „Bouillabaisse” vagy az „Ossobuco”. A francia hagymaleves is ettől kapja a jellegzetes, finom ízét.



20. Brazil



Brazília

A brazil étrend fontos része a hús, melyet fogyasztanak rostonsültként, grillezve, raguban főve, darált fasírtszerűen készítve, vagy kolbászként. Ehhez köretként a rizs, a krumpli, manioka, vagy a bab van tálalva. Közelebb a tengerhez, a különféle halak, rákok és egyéb herkentyűk kerülnek az asztalra. A fűszerkeveréket, ezekhez a fogásokhoz, fokhagymából, korianderből, mustármagból, petrezselyemből, kakukkfűből, chiliből, gyömbérből, és helyi különlegességekből, mint a Jambu, állítják össze.



Felhasználási javaslat:

Húsokhoz, legyen az sütvé, grillezve, nyárson sütvé, vagy raguban, pörköltben. Babételekhez, lencseételekhez, grillezett zöldségekhez, gombaételekhez is finom. Marinádnak/pácnak is kiváló csirkéhez, marha steak-hez, a „churrasco”-hoz, sertéshez. Fűszerezhetünk vele kolbászt, hurrkát.



21. Cajun, vagy Cayun



Amerikai Egyesült Államok, Louisiana Állam

A francia leszármazottak alakították ezt a rusztikus főzési mód-szeret, avagy a „cardienne cuisine”-t. Mindig a szezonális, helyben beszerezhető alapanyagokból, lehet hal, rák, hús, kolbász, főtt rizs, vagy szezonális zöldségek, pl. zöldpaprika, okra, szárzeller, és hagyma, mind durván szeletelve. Fűszeként pedig a fokhagymát, cayenne borsot, kakukkfűvet, oreganot, borsot, római köményt, mustármagot, és sok-sok chilit.

Felhasználási javaslat:

Keverjük olajjal és ecseteljük a halat, vagy a húst sütés, grillezés közben. Keverhetjük darált húsba, fasírtnak, húsgolyónak, kolbásznak, hamburgernek. Szórjuk sült krumplira, pattogatott kukoricára. Olíva olajjal keverve finom saláta öntetet kapunk. Keverjük natúr görög joghurtba és finom mártogató szószt kapunk zöldségfalatkáknak, hamuba sült krumpli tetejére. Végül kitűnően alkalmazható száraz dörzsfűszerként a sütnivaló csirkén, halon, steak-en, csemegekukoricán.



22. Chaat Masala



India, Pakisztán

Tipikus fűszerezési módszer Indiában és Pakisztánban. A Chaat Masala egyszerre édes és savanykás ízű, a szárított zöld mangónak köszönhetően. Összetevői között az amchoor (szárított zöld mangó őrölve), a római kömény, a koriander, a gyömbér, a feketebors, az asafoetida (ördöggyökér, hing), a menta és a chili említendő. A „Gyümölcs Chaat Masala” kevesebb római köményt, gyömbért és koriandert tartalmaz, de több chili-t.

Felhasználási javaslat:

A fűszerkeveréket használják gyorsételek készítésekor, húraguk (csirke, birka), de főleg vegetáriánus ételekben, de még gyümölcsre, salátára, bundás kenyérre szórják Észak Indiában, Pakisztánban. Gyümölcslevek ízesítőjeként is finom.



23. Chai Masala



India, Nepál, Pakisztán, Bangladesh, Sri Lanka

Chai Masala szó szerinti jelentése: tea fűszerkeverék. Indiából származik, de mára már sok felé elterjedt tea ízesítési szokás. Fekete tealevelekkel együtt áztatják a fűszereket a forró vízben, de ma már filteres változat is kapható, sőt, fűszerkivonat formában is. Indiában, Nepálban gyakori utcai kínálatban, kávézóknak, mindenhol ezt fogyasztják. Tartalmaz cardamom-t, fahéjat, szegfűszeget, gyömbért, feketeborsot.

Felhasználási javaslat:

Fekete tealevelekből főzött tea fűszerezésére.





24. Chakalaka



Dél-Afrika

A Chakalaka egy ételfajtának a fűszerkeveréke, vita van arról, hogy ez egy fűszerezési mód, vagy egy étel neve. Általában az ételt nevezik Chakalaka-nak. Dél-Afrika hagyományos, csípős étele, a fűszerezése szinte mindenhol azonos, tartalmaz vöröshagymát, fokhagymát, gyömbért, chilit, koriandert, fehérborsot, kurkumát, koriandert, kardamom-t, római köményt, és néha füstölt paprikát.

Felhasználási javaslat:

Chakalaka, lecsószerű, vegetáriánus étel, paradicsom, bab, zöld és piros paprika hozzávalókkal. Készítik BBQ húsok mellé, raguk, pörkölték mellé, mint köret, vagy inkább, mint ízesítő szósz.



25. Chana Masala

India, Pakisztán, Nepál, Anglia

Pakisztán és Észak-India hagyományos étele a csicseriborsó, ez a keverék ennek a vegetáriánus ételnek a fűszerkeveréke. Elterjedt és népszerű számos nyugati országban. A keverék összetétele lehet: vöröshagyma, fokhagyma, kurkuma, koriander, római kömény, gyömbér, cayenne bors, chili, paprika, amchoor (zöld, szárított mango őrölve), gránátalmamag, szegfűszeg, és más fűszerek, tájról-tájra változó.

Felhasználási javaslat:

Csicseriborsóból készített vegetáriánus ételek, bab ételek, lencse ételek, de húsból készült ételek, mint pl. raguk, pörkölték fűszerezésére. Az ételeket, miután elkészültek, felönthetjük joghurttal, vagy tejföllel.



26. Char Masala

Észak-India, Pakisztán, Afganisztán

Afganisztán és Észak-India rizses ételeinek ízesítési keveréke. A „Chat” vagy „Chaat” szó azt jelenti: nyalni, a Masala pedig fűszerkeveréket jelent, hogy megnyaljuk-e a tíz ujjunkat ettől a keveréktől, valószínű, csak ne egy indiai utcai árustól vegyük az ételt. A keverék 4 fő hozzávalót tartalmaz, a fahéjat, a fekete kardamom magokat, a római köményt és a szegfűszeget. Szokás még kiegészíteni asafetida-val (Ördöggyökér), amchoor-ral (szárított zöld mango őrölve).

Felhasználási javaslat:

Rizses, húsos ételek, mint pl. raguk, pörkölték, de használják még ropogtatnivalón, snack-en, salátában, gyümölcssalátában, sőt gyümölcs italokban, dzsúszokban. A húsos raguk előnyére válik, ha elkészültével felöntjük egy bögre joghurttal.





27. Charmoula, Chermoula

Marokkó, Tunézia, Algéria, Líbia

Észak-Afrikai marinád, pácolási fűszerkeverék. A keveréket apránként olíva olajjal, citromlével keverve egy sűrű mázt kapunk, amivel a húsokat, halakat kenjük elkészítés előtt, akár sütjük, akár főzzük az ételt. Ez az alapja sok-sok ételnek, amit Tagine-ben készítenek gyakran. Tartalmaz hagymát, fokhagymát, feketeborsot, sót, petrezselyemlevelet, paprikát, római köményt, és más faluról-falura változó zöldfűszereket, rozmaringot, vagy mentát.

Felhasználási javaslat:

Marinádnak, pácnak húshoz, de főleg halakhoz, zöldségekhez. Tagine-ben készült ételekhez, lassú tűzön, fedél alatt főtt húselekekhez, amelyeket először megpirítanak magas hőfokon, hogy a pórusokat lezárják. Salátaöntetnek is használják, de töltelék fűszerezésére is kiváló, egzotikus.



28. Chimichurri

Argentina, Uruguay

Argentina fűszerkeveréke, főleg húshoz fűszerezésére, pácolására. Az argentínok gyűlölcös ízesítéssel szeretnek pácolni, gyakran találunk a Chimichurri pácban, a fűszerkeverék mellett, guava-, mango-, narancs-, és passiógyümölcsöket. Van, ahol kókusztejet, lime-levet is öntenek a pácléhez. A keverék általában tartalmaz vöröshagymát, fokhagymát, chilit, szárított paprikát, borsot, zöldfűszereket.

Felhasználási javaslat:

Mindenféle húshoz pácolására, csirke, sertés, marha, bárány, nyúl, sőt még vadhús marinádnak is. Használhatjuk még raguk, pörköltök ízesítésére, babételek, lencseételek, csicseriborsó ételek vagy sárgaborsó fűszerezésére.



29. Colombo Curry

Karibi-szigetek

Ez a Curry keverék a Karibi szigeteken kialakult fűszerezési szokás eredménye. A Sri Lanka-i bevándorlók hozták magukkal, majd a helyiek fűszerezési szokásaival keveredve alakult a mai formájára. A csípősségét nem a megszokott chiliből kapja, hanem inkább a feketebors és a barna mustármag adja. Az eredmény egy enyhébb, de éles ízekkel rendelkező keverék.

Felhasználási javaslat:

A „Poudre de Colombo”, egy sűrű húsos ragu, kecske-, bárány- vagy sertéshúsból készül. Ezekből a húsból készíthetünk egy Colombo Curry Ragut, krumplival, vagy főzőtökkel kiegészítve. Van olyan variáció is, amely kókusztejet, padlizsánt, okrást is használ. Ne sajnáljuk belőle a hagymát, fokhagymát sem. Rizzsel tálaljuk.





30. Creol, Creole



Egyesült Államok

A Creole fűszerezési/főzési hagyomány az Egyesült Államok déli részén, Louisiana, Alabama államban, a Bayou kultúrában szokásos, de már régen elterjedt Észak-Amerika szerte, sőt azon túl is. Gyökerei a francia konyhára vezethetők vissza, keveredve a helyi ízekkel. Jellemző az ételekre, hogy mindent egyben, keverve főznek, általában csípősen, és kicsit füstös Barbecue ízesítéssel. A keverék tartalmazhat koriandert, curryt, mustármagot, kurkumát, fehérborsot, római köményt, petrezselyemet, chilit és cayenne borsot.



Felhasználási javaslat:

Oliva olajjal keverve marinádnak, pácnak mindenféle húsokhoz, belsőségekből készített ételek ízesítésére. Száraz dörzsfűszernek húsokra, grillezés, sütés előtt. Babgulyás, babfőzelék, lencseételek, zöldséges raguk, húsos raguk, tengeri herkentyűk, saláták, pörköltök, sült húsok fűszerezésére.



31. Curry



Egyesült Királyság

A Curry elnevezés az angol gyarmatosítóktól ered, Indiában a „Kari” elnevezés csípős mártást jelent, a fűszerkeverékeket Masala-nak nevezik. A gyarmatosítók honosították meg Angliában, hogy a tipikus indiai ízeket magukkal hozhassák. Míg Indiában előfordul, hogy egy fűszerkeverék 25-30 féle fűszerből tevődik össze, addig a Curry 6-8 féle fűszert tartalmaz, ritkán változó összetevőkkel, arányokkal. Alkotói közül a kurkuma, a római kömény, a görögszénamag, a gyömbér, a koriander, a chili mindig megtalálható. Curry levelet soha nem tartalmaz.



Felhasználási javaslat:

Mindenféle húsok pácolására, csirke, sertés, marha, bárány, nyúl, vadhús. Használhatjuk még raguk, pörköltök ízesítésére, babételek, lencseételek, csicseriborsó ételek vagy sárgaborsó fűszerezésére.



32. Csevapcsicsi



Szerbia, Bosznia-Hercegovina

A Csevapcsicsi egy szerb étel, és olyan meghatározó a fűszerezése, hogy az ehhez való fűszerkeverék is ezt a nevet kapta. Tőlünk délebbre nem kevernek a darált húsba zsemlét, rizst, csak a színhúst használják e sült hús kolbászocska, vagy fasírtocska elkészítésekor. A zöldfűszerek közül északabbra a petrezselymet, délebbre a mentát, de még használnak majoránnát, kakukkfűvet is. A bosnyákok az ő változatukat, kicsit másként fűszerezve, „Mics”-nek nevezik, a románok, a sajátjukat „Mititei”-nek.

Felhasználási javaslat:

fasírtok, darált húsból készült ételek, húsgombócok, grillezett húsok ízesítésére.





33. Csubrica

Bulgária

A Csubrica tulajdonképpen a Csombor, Borsikafű neve, és mivel ez a fűszer a fő összetevője a keveréknek, erről kapta a nevét. Három fő összetevője van, a borsikafű, az édes fűszerpaprika és a só, ezen kívül tartalmazhat más zöldfűszereket is, kakukkfűvet, mentát, majorannát, bazsalikomot, kaprot, görögszéna levélet, petrezselymet, rózsaszíromot, stb. Egyes helyi keverékekbe tesznek még mákot, tört földimogyorót vagy diót is.

Felhasználási javaslat:

Húsos ételek fűszerezésére, raguk, pörköltök, kolbász, hurka, töltelék fűszerezésére. Kiváló grillfűszer, száraz dörzsfűszer és pácfűszer keverék.



34. Dukkah

Egyiptom, Szudán

Az Egyiptomi Dukkah nagy nemzetközi népszerűségnek örvend az utóbbi években. Megszámlálhatatlan keverési recept létezik, de mindegyik alapja a csonthéjasok, magok, mint szezámag vagy koriandermag. A fűszerek közül a római kömény, a kakukkfű, a menta, a feketebors, de más illatos gyógy- és fűszernövények használata is szokásos, pl. szárított csicseriborsó, majoranna, szárított, őrölt citromhéj, chilipehely, chilipor, nigellamag, kömény, édeskömény, fahéj, szegfűszeg vagy kurkuma.

Felhasználási javaslat:

A rászakás veszélye áll fenn, ha a következő képpen használjuk: Keverjük oliva olajjal és friss, rusztikus kenyérdarabkákat mártogassunk bele előételként, a főételre várva. Szórjuk bátran grillezett zöldségekre, tézstaételekre, feta sajtra, sőt, még gyümölcssalátára is. Kimondottan finom őszibarack darabkákkal, vagy friss szilva darabokkal, savanyú almadarabokkal. A főételeknél pedig a bárány, csirke és halételek fűszerezhetőek vele izgalmasan.



35. Fajita

Egyesült Államok délnyugati államai, Mexikó

A Fajita egy Tex-Mex fűszerkeverék, húsok ízesítésére használják. Ez egy kiváló száraz dörzsfűszer a megszokott pácolás helyett, amikor nincs idő a húst a pácban érlelni. Kimondottan népszerű a használata az USA-ban, a grill partik kihagyhatatlan fűszerkeveréke. A főbb összetevői a római kömény, a fűszerpaprika, a cayenne bors, a chili, az oregano, a koriander, a bors és a fokhagyma, vöröshagyma.

Felhasználási javaslat:

Grillfűszerként használva, igazi mexikói ízt ad a húsnak. Egyéb ételekben akár főzés közben is fűszerezhetünk vele. Legnépszerűbb a „Chicken Fajitas” a Fajitas Csirke, amit sütve készítenek. Sertéshúshoz, rákokhoz, marhahús steak-hez is jól illik.





36. Fines Herbes



Franciaország

A Fines Herbes egy zöldfűszerekből álló mediterrán fűszer keverék, hagyományosan Franciaországban használják. A fűszerek ízét a hosszú főzési idővel tudjuk átadni az ételünknek. Pontos receptje nincs, szakácstól szakácsig változó, általában petrezselymet, tárkonyt, turbolyát, borsikafüvet, zsályát, és néha majorannát is tesznek bele.

Felhasználási javaslat:

Mindenféle ételekhez való, de legfőképp egészben sült halhoz, omletthez, burgonyához, levesekhez és vinaigrette salátaöntetekhez. Sütőzacskóban sült csirkéhez igazán kifinomult fűszerezési módszer.



37. Garam Masala



India

"Garam" jelentése meleg, forró, akkor használják ezt a kifejezést, ha a keverék tartalmaz melegítő fűszereket, mint a fahéj, vagy a kardamom. A "Masala" pedig Indiában azt jelenti, hogy fűszerkeverék. Ez a fűszerkeverék Indiában egy a sok "Masala" közül, és szinte minden háztartásnak meg van a maga keverési receptje, amire esküszik. A keverék szinte mindig tartalmaz fahéjat, kardamom-t, szegfűszeget, római köményt, koriandert, szerecsendiót, feketeborsot.

Felhasználási javaslat:

Különböző Curry ételek fűszerezésére, lencseételek, levesek, vagy egyszerűen az ételre szórva, mint asztali fűszer. A húskételeknek egzotikus ízesítést ad, sokaknak szokatlan, ezért óvatosan fűszerezzünk vele, de próbáljuk ki bátran pörköltekből, ragukban.



38. Glögg, Glühwein, Vin Chaud, Mulled Wine, Forralt bor



Skandinávia, Nyugat-, Közép-Európa, Észak-Amerika

Az effajta borivási szokás az antik világból származik. A szó „Glögg”, „Glühwein”, a forró szóból ered, régen arra használták ezt a fűszerezést, hogy a gyenge minőségű bort feljavítsák vele, de tulajdonítottak neki gyógyító erőt is. Ma már egy karácsonyi szokássá érett a nyugati világban. A használt fűszerek (egész, nem darált) lehetnek: fahéj, szegfűszeg, kardamom, gyömbér, csillagánizs. Sok helyen szokás mandarin-, narancshéjat is belefőzni, és hámozott mandulával kínálni.

Felhasználási javaslat:

Vörös- és fehérborból készült, meleg karácsonyi/téli italhoz.





39. Goda Masala

India, Maharashtra állam

A Goda Masala-t a Maharashtra és a szomszédos államokban használják Indiában. A hozzávalók változnak vidékről-vidékre, attól függően, hogy milyen hozzávalók jellegzetesek a vidékre. Ezek lehetnek: kardamom, fahéj, szegfűszeg, babérlevél, fehér szezámmag, koriander, kókuszreszelék, fehér- és feketebors. Ezt a keverék inkább édeskésnek készítik, nem csípősre.

Felhasználási javaslat:

Mindenféle zöldséges ételekbe, főzelékekbe, lencseételekbe, bab ételekbe, ragukba, pörköltbe, rák/garnéla ételekbe, halételekbe. A sült kacsra, a palacsinta tészta, gyümölcssaláták fűszerezésére kiváló.



40. Gomashio

Japán

A Gomashio a fehér- vagy fekete héjas szezámmagok és tengeri só őrleménye, keveréke, hagyományos japán fűszerezési mód. Ezzel a keverékkel fűszerezve kevesebb sót használunk az ételünkbe, mert a szezámolaj megtartja és felerősíti a sós ízt. Használatos még makrobiotikus diétás étrendben, a szezámolaj jótékony hatású tápértéke miatt.

Felhasználási javaslat:

Salátára, tésztaételekre, elkészített húsrá, halra szórva. Főtt rizsre szórva is finom.



41. Gujarati Masala

India, Gujarat állam

India legnyugatibb, Gujarat államának a saját masala-ja, nagyban hasonlít a Garam Masala-ra, de helyi ízlések szerint módosítva. A keverék tartalmaz római köményt, koriandert, kardamomot, borsot, édesköményt, chilit, szezámmagot, szegfűszeget, fahéjat, szerecsendiót, ajwaint. A főzés vége felé kell hozzáadni az ételhez, megtartva, tartósítva ezzel az íz teljes spektrumát.

Felhasználási javaslat:

Szárnyasok és vörös húsok ízesítésére. Különösen előnyös a használata a paradicsomos, hagymás fogásokhoz, de ne hanyagoljuk a bab vagy a lencse ételek elkészítésekor sem. A gujaratiak főleg vegetáriánusok, ezért kiváló mindenféle zöldséges ételekbe, de ha csirkehúsos ragut, pörköltet készítünk, használjuk bátran ezt a keveréket, nem fogjuk megbánni az egzotikus ízharmoniót, amit ez a keverék ad az ételünknek.





42. Galat Dagga, Qalat Daqqa, Tunéziai ötfűszer keverék

Tunézia, Észak-Afrika



A "Galat Dagga", vagy "Qalat Daqqa" Tunézia ötfűszer keveréke. Összetevői a szegfűszeg, a fahéj, a feketebors, szerecsendió és a gyömbér, vagy a "Grains of Paradise" nevű mag. Nem csípős, kellemesen meleg, édes, fűszeres ízt ad az ételnek.

Felhasználási javaslat:

Leggyakrabban húsos és zöldséges ételek ízesítésére, tagine-ban főtt ételek fűszerezésére használják. Használják az egész Észak-Afrikai régióban bárány-, kecske-, sőt tevehúsból készült ragukban, pörkölteket. Használható még száraz dörzsfűszernek húskok elkészítés előtti fűszerezésére, de kiváló hozzávalója a marinádoknak, pácoknak. Tökölékből, padlizsánból, édes burgonyából készült ételekhez is kiváló.



**A termékleírásban igyekszünk mindig feltüntetni a termék szavatossági idejét.
Nem titkolunk semmit, nem érheti meglepetés a megrendelt árukkal
kapcsolatban, azt kapja, amit a leírásban lát.**



43. Gyros, Gírosz



Görögország

Valószínű az Oszmán Birodalomból származó, húscsíkókból készített, sültt hú, az eredeti neve a "döner" (forgó), a gírosz ennek a görög változata. Pitában vagy szendvicsben tálalják, vágott saláta, hagyma, paradicsom, uborka, paprika darabokkal és különféle szószokkal, pl. a tzatziki.

Felhasználási javaslat:

Berendezés hiányában, sült húscsíkok sütés közbeni fűszerezése. Bárány-, marha-, sertés-, vagy csirkehúsokból készült sültet ízesítésére is kiváló.



44. Harissa



Tunézia, Észak-Afrika

Ez az Észak-Afrikai fűszerkeverék főleg Tunézia zászlóshajója, sokszor nevezik nemzeti fűszerüknek is. Sok variáció létezik, de a fő hozzávalók szinte mindig ugyanazok: paprika, római kömény, kömény, fokhagyma, koriander, menta. A Szahara régióban szokás füstölt paprikával készíteni. Franciaországban, Németországban a bevándorlók meghonosították.

Felhasználási javaslat:

Használják elő- és főételekhez egyaránt. Raguk, pörkölteket, marinádok, páclevek, húskok grillezés/sütés előtti dörzsfűszere, fűszere. Bárány-, marha-, sertéshúsból készült pörkölteket, kuskusz fűszerezésére.





45. Hawaii, Hawayij, Hawajej

Izrael, Yemen

Két féle Hawaii létezik, egy a leveseknek, egy a kávéknak a fűszerezésére. Természetesen az összetevők nem ugyanazok. A leves Hawaii tartalmaz római köményt, feketeborsot, kurkumát, kardamomot. Egyes kifinomult verzióban található még szegfűszeg, kömény, szerecsendió, safrány, koriander és vöröshagymapor.

Felhasználási javaslat:

A leveseknek kevert fűszert használnak széles körben raguknak, curry ihletésű ételekben, rizs és zöldségételekben. A kávénak kevert Hawaii-t ánizsból, édesköményből, gyömbérből és kardamom-ból, fahéjból keverik, és használják még édességekben, süteményekben, és lassú tűzön főtt húselekekhez, ragukhoz.



46. Héttenger Curry



Malájzia, Indonézia, Szingapúr

A Malájziában élő indiaiak sajátos, hagyományos curry keveréke. Nem keverik bele a tipikus indiai változat „sárga” fűszereit, a kurkumát, a gyömbért és a mustármagot. Római köményt, koriandert, kardamomot, zellermagot, fahéjat, szegfűszeget és görögszéna magot tartalmaz.

Felhasználási javaslat:

Ahogy az indiai változatokat, ezt is curry típusú ételekhez, ragukhoz, pörköltekhöz használjuk főleg. Csirkeételek, halételek, sertéselekek, zöldségételek, saláták, levesek, curry szószok ízesítője. Gyakran kókusztejjel együtt használják az ételekben.



47. Jamaikai Curry

Jamaika

Az 1800-as években az indiai munkások hozták magukkal, majd alakult ki egy sajátos keverékké. A jamaikai curry-ben van szegfűbors, ami szinte egyik curry-fajtában sincs. Ez a curry fajta a hozzávalók mértékeiben is különbözik az angol változattól, ezen kívül sokkal édesebb, kevésbé csípős, a chili külön kerül az ételbe. Egy másik hozzávaló a mustármag, amely jellemző erre a curry fajtára.

Felhasználási javaslat:

Az indiaiak nem esznek marhahúst, a jamaikaiak annál inkább, és erre kiváló ez a keverék. Bárány, kecske, csirke, sertés, mindenféle húshoz finom, főleg a lassú tűzön főtt ragokban, pörköltekből. Szinte kötelező a kókusztej használata ezekben az ételekben. Használják zöldséges ételekben is, mint pl. csicseriborsó-, borsóételekben.





48. Jambalaya



Amerikai Egyesült Államok, Louisiana állam

A Jambalaya egy Kreol (Louisiana) fűszerezési módszer, egy kis spanyol benyomással, eredetileg a Karib-szigetektől származik. A spanyol kultúra keveredése a bennszülött ételekkel eredményezte a Jambalaya-t. Érdekesség: az Atakapa törzs magáénak követeli az eredeti szót, azt állítják, hogy az ő nyelvükben a „Sham, pal ha!Ya!” azt jelenti, hogy: „Légy jóllakva, nem sovány! Edd meg mind!”, nagyjából a mi „egészségedre” kifejezés. A spanyolok ezután így értelmezték: Jambalaya.



Felhasználási javaslat:

Használjuk rizs, csirke, kolbász, zöldségek, tengeri herkentyűk ízesítésére. A Luisianaiak egészen különleges fogásokra is használják, alligátor, folyami rák, vagy langusztá ízesítésére, mi ennél egyszerűbb fogásokra használhatjuk a hétköznapijainkban, az ételeinknek kis rusztikus ízt adva.



49. Jerk

Jamaika

A "Jerk" szó tulajdonképpen egy főzési módszer, Jamaikában őshonos, de egy fűszerkeverék neve is, amivel a jellegzetes "Jerk" ételeket fűszerezik. Állítólag a spanyol "charqui" szóból ered, pácolt, szárított húst jelent, ez lett angolul a "jerky" szó. Két összetevőre épül ez a keverék, szegfűbors és a méregerős kínai chili paprika (*Capsicum chinense*), más hozzávaló a szegfűszeg, a fahéj, a hagyma, szerecsendió, a kakukkfű, a fokhagyma és a tengeri só.

Felhasználási javaslat:

Hagyományosan sertés- és csirkehúsból készült ételekhez használták, de a mai modern konyha ajánlja halhoz, rákhoz, garnélához, marhahúshoz, kolbászhoz, bárányhoz, sőt még tofu-hoz is.



50. Kaala Masala, Fekete Masala

India

Ez a masala is a Maharashtrai államból/régióból ered, a „Kaala” azt jelenti, hogy fekete, abban tér el a többi masala-tól, hogy a sötét fűszerek dominálnak benne, mint a szegfűszeg és a fahéj, és hogy a fűszereket sötétbarnára pörkölik azok megdarálása előtt. Kelle mesen fűszeres, mély, édes keverék, ugyanakkor csípős is. Óvatosan fűszerezzünk vele, mert hamar „túlfűszerezettnek” érezzük ételünket. Más hozzávaló a római kömény, a koriander, fekete szezámmag, a chili.

Felhasználási javaslat:

Húsételek óvatos fűszerezésére, raguk, pörköltök, főzelékek, lencse-, csicseriborsó-, tök-, süttőtök ételek, főtt-, és sült zöldségek fűszerezésére. Grillezéskor is izgalmas ízt ad a húsnak.





51. Kanda Lasoon Masala

India

India déli és nyugati államaiban használják főleg ezt a masala-t. Abban különbözik a többitől, hogy több paprikát és chilit tartalmaz a szokásos masala fűszerek mellett (római kömény, koriander, szegfűszeg, fahéj, kardamom, szerecsendió, feketebors). Ezenkívül fokhagymát, vöröshagymát és szárított kókusztej port is tartalmaz.

Felhasználási javaslat:

Ahol Garam Masalát használnánk, de szeretnénk csípősebb ételt készíteni, a húsetelekben, ragukban, pörköltekből, zöldséges ételekben, főzelékekben, lencseételekben, rizselekekben, csicseriborsó ételekben, grillezéskor száraz dörzsfűszerként.



52. Kashmiri Masala

India, Kashmir, Pakisztán

Ez a Masala a Kashmir régió, Pakisztán igazán jellegzetes, ízgazdag és élénk fűszerkeveréke. Az ételeket gazdaggá, kiegyensúlyozottan fűszeressé teszi. Igazi hegyi ételek fűszerezésére alakult ki, meleg, mély ízeket kölcsönöz a húsetelnek. Az összetevői más arányokban jelennek meg ebben a keverékben, mint a Garam Masalában, hangsúlyosabb a sárga fűszerek jelenléte, mint pl. a kurkuma vagy a mustármag.

Felhasználási javaslat:

Használjuk bárány, csirke curry-k és zöldségfogások ízesítésére, így igazán élvezhető, egzotikus ételek készíthetők vele.



54. Keema Curry Masala

India, Pakisztán

Ezt az észak-indiai, pakisztáni fűszerkeveréket kimondottan húselekekhez készítik. Ha van egy fűszerkeverék, amely ezen belül a darált húshoz illik igazán, akkor ez az. A hozzávalói a koriander, a chili, a paprika, a kurkuma, a gyömbér, a feketebors, a római kömény, a fahéj, a szegfűszeg, a szerecsendió virág, kardamom, a babérlevél és a fokhagyma.

Felhasználási javaslat:

Darált húsból készült ételek, húsgolyók, fasírtok, spagettik, kebab készítésére, a húsek közül a bárány, a kecske, marha, vadhús (szarvas, őz) illik ehhez a fűszerezéshez. A pakisztáni Keema Curry étel tartalmaz darált húst, borsót és krumplit.





53. Khmeli-Suneli

Grúzia, Kaukázusi régió

Grúzia nemzeti, hagyományos fűszerkeveréke. Ez a fűszerkeverék hamarosan a fűszerpolc kiemelt helyén találja magát, ha egyszer megkóstoltuk az ezzel főzött ételt. Meleg, magvas, mogyorós, kicsit füves, kesernyés ízvilág. Persze minden háznak megvan a saját keveréke, de általában tartalmaz görögszéna magot és levelet, koriandert, borsikafüvet, bazsalikomot, petrezselymet, sáfrányos szeklicét, zellerlevelet, zellert, kakukkfüvet, chilit, feketeborsot, kaprot, babérlevelet, mentát és körömvirág szirmot.

Felhasználási javaslat:

Húsételek, raguk, pörköltök, főzelékek ízesítésére. Kimondottan ízletes babételek, vagy sült/grillezett zöldségek készítésekor.



55. Kínai Hétfűszer

Kína, Taiwan, Hong Kong

Ez a Kínai Ötfűszer kibővített, gazdagabb változata, óvatosan használjuk, mert könnyen túlfűszerezhetjük az ételünket, a hozzávalói: csillagánizs, édeskömény, szechuáni bors, fahéj, szegfűszeg, kardamom, gyömbér.

Felhasználási javaslat:

Ezt a keveréket sok-sok kínai recept használja, és kimondottan sokoldalú fűszer, használhatjuk raguban, pörköltben, főzelékekben, de még gyümölcssalátára szórva is. Ha sóval keverjük, kitűnő dörzsfűszert kapunk, amit mindenféle sült/grillezett húsok (de főleg sertéshús) fűszerezésére használhatunk. Kacsá-, csirke-, vagy liba sültéhez egzotikus keverék.



56. Kínai Ötfűszer

Kína, Taiwan, Hong Kong

A klasszikus kínai ötfűszer alkotóelemei a csillagánizs, a szechuáni bors, a szegfűszeg, az édeskömény és a fahéj. Ez a keverék egy alapfűszerezésnek számít Kínában. Egy csipetnyi ebből a keverékből az ételbe felpetepszít, harmonikus egyensúlyt képez az édes, a keserű, és a savanyú között. Ez a keverék egy olyan íz egyensúlyt képez, amely melegít, szájból olvadóvá varázsolja az ételt, anélkül, hogy a fűszerezést túlzásnak éreznék.

Felhasználási javaslat:

Húsos ételek, azon belül a lassú tűzön főtt húsételek, raguk, pörköltök, curry-k ízesítésére. Marinádok, pácolás készítésére, száraz vagy nedves dörzsfűszernek, kacsára, sertésre, marhahúsra. Egy csipetnyi a keleties Wok-/Stir-Fry szinte ételekbe kötelező, de próbáljuk ki rizsételek, egyes sós sütemények, főzelékek ízesítésére is, egy meglepően finom íz világot képezve.





57. Kofta Curry Masala

India

A Kofta egy észak-Indiai, ízben gazdag ételcsoport neve, és az ehhez használatos fűszerkeveréket is így nevezik. Sokféle kofta ételt készítenek, gyakran vegetáriánus, hús nélküli, egyfajta zöldséges nokedli pirítva, de húsos változat is gyakori, ekkor húsgombóc formájában. Gyakran csípőse készítik, de nem ehetetlenre, csak kellemesen erősre. Meleg, csípős, komplex és erőteljes ízesítés.

Felhasználási javaslat:

Zöldségekből készített fogások, főzelékek, nokedlik, zöldség nokedlik, húsgolyók, fasírtok, curry-raguk, raguk, eredeti indiai ételek készítésére. Kiváló marhahúsos, csirkehúsos, bárányos és spenótos fogások fűszerezésére.



58. Kofte

Törökország, Irán, Irak, Szíria, Azerbajdzsán

A „Kofta” szó eredete perzsa, azt jelenti, vagdalni, darálni, ebben az értelemben az ételhez használatos húst. Állítólag Törökországban 291 változata létezik, de lehet, hogy mára még több. Maga az étel valamilyen darált, kis golyókra, szivarformára, lapított fasírt formájú húsból készül. A fűszerkeverékből is sokféle változat létezik, de a hozzávalók általában koriander, feketebors, fahéj, római kömény, szerecsendió, szerecsendió virág, borsikafű, sárga mustármag és menta.

Felhasználási javaslat:

Húsgolyók, fasírtok, kebab, „kofte”, pirog ízesítésére. A hús lehet bárány, kecske, csirke, pulyka, marha, sertés, szarvas, őz, szinte bármi. Zöldséges ételekre is kiváló, pl. főzelékek, ezen belül a bab-, tök-, cukkini- és borsófőzelék.



59. Korma Masala

India, Pakisztán

Ez egy indiai/pakisztáni masala. A Delhi-féle Korma vörösebb, chilisebb, míg a délebbre inkább enyhébb, sárgább, barnább. A pakisztáni korma vörös, de nem annyira csípős. A korma ízt a kardamom és a joghurt keveréke adja, attól függően milyen joghurtot használunk, savanykásabbat, vagy édeskésőbbet. Sokan a savanykásabbat szeretik, mert így a korma ízek jobban érvényesülnek.

Felhasználási javaslat:

Húsos, curry raguk fűszerezésére, ami lehet csirke, bárány, kecske, marha, sertés, nyúl, szinte akármilyen kedvükre való húsfajta. A pácolás a lényege, mert a joghurt és a fűszerkeverék együttesen hat a húsról.





60. Kroeung Royal

Kambodzsa

Ez a kambodzsai fűszerkeverék készíthető friss fűszerekből, ha a trópusokon lakunk, de itt nálunk szárított fűszerek az összetevői. Két fajta típust különböztetünk meg: az egyedi Kroeung, és a Royal Kroeung, míg az első összetevői változnak fogásról fogásra, addig a Royal Kroeung alkotóelemei állandóak. Ezek a thai citromnád, a fokhagyma, a hagyma, a galangál gyökér, a kurkuma, a kaffir lime levelek és a chili. Ízvilágában hasonlít a thai curry-re.

Felhasználási javaslat:

Szinte minden wokkozott/stir-fry ételhez kiváló választás, legyen az hal, rák, csirkehús, marhahús, vagy zöldségfélék. Használjuk még töltelékekben és levesekben is.



61. La Kama

Marokkó

A tagine-ben főtt ételek fűszerkeveréke. Marokkóban szinte mindenre használják, de nem annyira ismert, mint a Ras el Hanout. Ez a keverék inkább ízes, mint erős, és édeskes borsos az aromája. A marokkói konyha gazdag és szofisztikált, gyökerei a francia, perzsa, spanyol és török konyhában keresendők. Jellemző az egyben főtt hozzávalók és ezáltal az ízek tökéletes egymásba olvadása, hangolása. Erre a legjobb példa a Tagine főzőedény, a lassú tűzön főtt ételek edénye, az egyik legősibb főzőedény.

Felhasználási javaslat:

Kuszkusszal készült ételek, raguk, pörköltök, húsos levesek, gulyásleves ízesítésére. Marokkói ételek, mint a "Harira" (leves) fűszerezésére.



62. Libanoni 7-fűszer

Libanon

A libanoniak klasszikus, kedvenc fűszerkeveréke. Az igaziban soha sincs gyömbér vagy görögszéna, nagyon sok, a kereskedelembe kapható keverékekben viszont sokszor van. Libanonon belül is változnak az összetételek, de alapvetően feketebors, fehérbors, szegfűbors, fahéj, szerecsendió, koriander, szegfűszeg az összetétele. Ha ezt a misztikus aromás fűszerkeveréket tartjuk a fűszerpolcunkon, nagyot nem tévedhetünk, ha egzotikus fűszerezésű ételt készítünk, és ezzel fűszerezzük.

Felhasználási javaslat:

Csodálatos száraz dörzsfűszer húson, csirkén, bárányon, marhahúson, de kiváló halon is. A libanoni hagyományos ételek, mint a "Kafta Mechwe" (grillezett húsgolyó), a "Lahmebajin" (darált húsos pizza féleség), a "Koussa Mehche" (töltött Cukkini), mind ettől a fűszertől olyan nagyon finomak. Még a Falafelben is fantasztikus hatást vált ki. Szinte bármi fűszerezhető vele.





63. Malay Masala

Malázia

A maláj konyhát több féle hatás érte, az indiai, a kínai de még a brit konyha is befolyásolta az évszázadok során. Ez a fúzió eredményezte a precíziós maláj masalát, amit a tamil muzulmánok használnak. A hozzávalói is tükrözik a külföldi befolyásokat, tartalmaz tehát kardamomot, koriandert, római köményt, szegfűszeget, feketeborsot, fahéjat, szerecsendőt, csillagánizst, őrölt citromnádat. A kész keveréket használat előtt szójaszósszal keverik.

Felhasználási javaslat:

Nagyon harmonikus halhoz és zöldségfogásokhoz, főleg wokban, stir-fry módra készítve. Jól illik a kókusztejjel készült, húsos fogásokhoz, ha csípős íz kell, adjunk hozzá chilit is.



64. Marrakesh

Marokkó

Marokkó csodálatos fűszer illatait, a sok "souks", a kicsiny fűszerboltokat felidéző fűszerkeverék. Az esti kifőzdék, grillek, tagine-ek hangulata Marrakesh piacterein feledhetetlenek. A keverék általában tartalmaz fahéjat, kurkumát, szerecsendőt, szerecsendió virágot, fehérborsot, fekete- és zöld kardamomot, gyömbért, ánizst, szegfűborsot, rózsaszirmokat, szegfűszeget, levendulát, kakukkfűvet és cayenne borsot. Ez egy jóval gazdagabb keverék, mint a többi marokkói keverékek.

Felhasználási javaslat:

Az észak-afrikai konyha kedvenc húsfajtáihoz, (kecske, bárány, marha) kiváló, de tofu, zöldségek, csirkehús ízesítésére is jó választás. Raguk, pörköltök, tagine-ben főtt ételek elsőrangú ízesítője.



65. Masalé Reunionaise

Reunion

A gyönyörű Reunion csak a 17. században népesült be, és egy igazi forrasztó tégely lett, jöttek franciák, indiaiak, kínaiak, afrikaiak, és ezt tükrözi a reunioni konyha is. De mivel egy forgalmas tengeri hajóúton fekszik, más a portugál, holland, arab és angol hatás is érte. A fűszerkeverék, ami az egész szigeten használatos általában koriandert, római köményt, görögszéna magot, fekete mustármagot, feketeborsot, kurkumát és szegfűszeget tartalmaz. Ezzel fűszerezik az egzotikus ételeiket, amelyek oly jellemzőek erre a szigetre.

Felhasználási javaslat:

Mivel szigeten vagyunk, főleg halak, tengeri herkentyűk fűszerezésére használhatjuk. Az arab hatásra húsokat ízesítünk vele, mint marha, bárány, nyúl, csirke de sertésraguk ízesítésére is nagyon finom. A szigeten nagyon népszerű a "Kari" és a "Masalé" indiai hatású ételek.





66. Melange Classique



Franciaország

A klasszikus francia fűszerkeverék, amely nem csak zöldfűszerek keveréke, de tartalmaz szerecsendiót, szegfűszeget, fehérborsot és koriandert is, a már megszokott zöldfűszerek mellett, mit a babérlevél, a rozmaring, a kakukkfű és a majoranna. Franciaország szerte használatos, és minden magáraadó étterem kijelenti, hogy az ő keverékük az igazi klasszikus keverék, de hál Istennek, a hozzávalók eléggé meghatározottak, így nem lehet nagyot tévedni.

Felhasználási javaslat:

Általános fűszerezésre kiváló, mint pl. raguk, pörkölték, sülték, grillek, lencseételek, kolbászok, töltelékek, de még rizs fűszerezésére is. Dörzsfűszerként bárányon, kacsán vagy sertéshúson is jó.



67. Memphis BBQ dörzsfűszer

Amerikai Egyesült Államok

Ki ne hallott volna a marhahúsos "steak"-ek Memphisi klasszikusáról? A fogyasztathatatlannal nagy óriásdagokról? Igaz, ami igaz, mértékkel fogyasztva nagyon finom. Ennek oka a szakszerűen érlelt marhahús, a már tudományosra emelt Barbecue sütési módszer, ami a füstölés és a grillezés közötti, hosszú ideig, alacsony hőfokon sült hús, a hozzá nélkülözhetetlen kenegetőszósszal, megfelelően fűszerezve. Tartalmaznia kell: nádcukrot, feketeborsot, chili paprikát, hagymát, fokhagymát, oreganot, kakukkfűvet, mustárt.



Felhasználási javaslat:

Marhahús, sertésborda, bárányborda, csirkecombok grillezésére, rostonsütésére, BBQ-zására.



68. Merquez

Marokkó

A Merquez tulajdonképpen Tunéziából, Algériából ered, de ma szinte csak Marokkóban használatos bárányból, kecskéből, vadhúsból készült kolbászok ízesítésére. Valamit magára adó hentes saját keverékét készíti, és büszkén hirdeti üzletében. A többség persze a készen kapható keveréket használja, és ez is népszerű. Összetevői lehetnek: édeskömény, római kömény, koriandermag, feketebors, cayenne bors, édes paprika, fahéj, sumach, szegfűbors, fokhagyma és só.

Felhasználási javaslat:

Száraz dörzsfűszerként húson, csirkén, bárányon, marhahúson sikerrel használható. Minden eltevésre, füstölésre szánt kolbász, sonka, stb. fűszerezhető vele. De a főtt, húsos ételek is finom aromájú, harmonikus ízt kapnak ettől a keveréktől. Ha borókabogyót is keverünk hozzá, finom vadas ragut, pörköltet kapunk, ha csínyján bánunk a fahéjjal az ízvilága közel áll a magyaroshoz.





69. Mexicana Mix



Mexikó

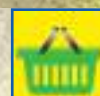
A mexikói konyha az őslakos mezoamerikai és az európai, főleg a spanyol fúziója, ami megmutatkozik az ételízesítésben is. Az alap-élelmiszerek az őshonos, innen származó növények, a kukorica, a bab, a chili paprika, a paradicsom. Az európaiak hozták a háziállatokból készített húskételeket, és a tejtermékeket. A fűszerkeverék is ezt az összeolvadást mutatja, ez is az őshonos és az európai fűszernövények keveréke. Van nagyon csípős, és enyhébb változata is.

Felhasználási javaslat:

Mindenféle, sertés-, csirke-, bárány-, marhahúsokból készült ételek, raguk, pörköltök, mint pl. a Chili con Carne, Tacos, Enchilada, és babból, kukoricából készült fogások ízesítésére használjuk.



70. Mézeskalács



Észak-Amerika, Észak-Európa, Ausztrália

Az egyszerű mézeskalácsot már az ókorban készítették, de a középkorból származnak az első írásos említések. A nád- és a répacukor előtt csak a méz volt az édesítőszer, viszont nagyon drága volt, ezért széles körben csak az olcsóbb cukor elterjedésével vált. Minél olcsóbban lettek a fűszerek, annál több féle került a mézeskalácsba, először gyömbér, fahéj, majd szegfűszeg, kardamom, csillagánizs, szegfűbors és szerecsendió. Az angolok "Ginger bread", a svédek "Pepparkakor", a finnek "Piparkakut"-nak nevezik.

Felhasználási javaslat:

Az adventi időszakban karácsonyi hangulatot idézve készítjük, sütjük a mézeskalácsot, a gyerekek nagy öröme, a díszített magyar mézeskalácsokat vásárfiaként szokás hozni a vásárból.



71. Mitmita

Etiópia

Az etióp konyha sok húst használ, azok közül is a kecske, bárány, marha vagy vadhús a jellemző. Ezek fűszerezése erőteljes, nagyon jellemző erre az ősi konyhára. A keverékeikben használnak helyi fűszernövényeket, magvakat, de az importált fűszerek is megtalálta a helyét ezen a vidéken. A keverék általában tartalmaz gyömbért, fokhagymát, őrölt koriandert, feketeborsot, római köményt, szegfűborsot, kurkumát, kardamomot, abból is egy helyi változatot, cayenne borsot, bird's eye chilit (madárszem), egy kis fahéjat és egy kis szegfűszeget.

Felhasználási javaslat:

A "Kifto", nyers marhahúsból készült étel fűszerezésére, kolbászok, húsból készült ételek ízesítésére. Húsgombócok, főtt, húsos ételek, asztali szórófűszerként, babos-húsos, lencses-húsos ételek készítésekor használjuk. Készíthető belőle mártogató szósz is, olajjal keverve, a készételekhez tálalva.





72. Mojo



Kuba, Karibi térség

A kubai konyha fúziós konyha, befolyásolta az afrikai, arab, kínai, francia, spanyol és a portugál konyha is. A hagyományos kubai ételkészítés az egyszerű, helyi, könnyen beszerezhető, olcsó hozzávalókra épül. A néha szerény alapanyagokat viszont gazdagon fűszerezik. Használják babér levelet, fokhagymát, római köményt, oreganót, szegfűborsot, hagymát, chilit, cayenne borsot, fekete borsot, néha sáfrányt, a marinádhoz lime levét és olíva olajat is.

Felhasználási javaslat:

Lassú tűzön főtt ételekhez nagyon ízletes, zöldséges fogásokhoz, bab, batata, és más gyökérzöldségek finom, raguk és más húsos ételekhez, paradicsomos szószok ízesítésére sikerrel használható.



73. Mole

Mexikó

A mexikói szószok királya a Mole, mert ez egy szósz, a Mole fűszerkeverékből előállított szósz. Ősrégi, bennszülött ízesítési módszer a fő hozzávaló a nyers kakaópor, ezért királyi, mert a kakaó a királyok kiváltsága volt, nem a hétköznapi embereké. Szerencsére ez változott, és mi is élvezhetjük ennek az egyedülálló fűszerkeveréknek a nem mindennapi ízét. Több száz keverési recept létezik, de mindegyikben ott van a chili, füstölt paprika, a szezám, a só, a hagyma, a fokhagyma, a fahéj, a szegfűbors, az édeskömény.

Felhasználási javaslat:

Marhahúsból, sertéshúsból és csirkehúsból készíthető Mole. A keveréket vízzel, vagy pici húsleves-sel keverve használjuk. Sült húrra tálaláskor önthetjük a sűrű szószot. Rizst is ízesíthetünk vele.



74. Montreal Steak

Észak-Amerika

Montreal lakossága a brit és a francia bevándorlókból tevődött össze hosszú ideig. Ez a keveredés alkotta a Montreal Steak Fűszerkeveréket. Ez a fűszerezési mód a brit marha-steak iránti vágyból és a francia kifinomult fűszerezési tudásból született, egy robusztus íz kavalkád eredményként. Egyesek szerint a végleges, kifinomult ízét akkor nyerte el, amikor a Kelet-Európai zsidók is hozzáadték a saját ízviláguk legjavát. A korai 1900-as években jelent meg a kanadai szendvicsbárakban, és azóta is aratja sikereit. Ma is vannak olyan csak szendvicseket felszolgáló éttermek, ahol csak ezzel a fűszerkeverékkel készítik a szendvicsbe való sült húsokat.

Felhasználási javaslat:

A "Montreal Steak Sandwich"-hez természetesen ezzel fűszerezzük a benne lévő sült marhahúst, de természetesen mindenféle sült húshoz használható, és biztosan előnyére válik. Használjuk dörzsfűszerként sütés előtt és közben, de finom még a gombás, vagy hagymás ételekhez is.





75. Mughlai vagy Mogul Masala



India

Az egykor oly hatalmas Mogul Dinasztia nem csak a Tadzs Mahal-t hagyta örökségül Indiában, hanem igen gazdag kulináris örökséget is, főleg Dehli környékén él a mai napig ez az izgalmas muzulmán konyha kultúra. Kölcsönösen tisztelve egymás vallását, sem sertést, sem marhahúst nem használtak, inkább bárányt vagy csirkét, és a muszlimok vezették be a joghurtos pácolást, a hinduk pedig a gazdag fűszerezéssel járultak hozzá a konyhaművészetéhez. Ezek a fűszerek pedig a római kömény, a fahéj, a kurkuma, a bors, szegfűszeg, a kardamom, a gyömbér, a babérlevél, a szegfűbors, néha a sáfrány és a szerecsendió.



Felhasználási javaslat:

Használjuk csirke curryk, raguk, paprikások ízesítésére, csak a keveréket magában, vagy joghurttal, olajjal keverve pácnak/marinádnak. Vöröshúsból készült, lassú tűzön főtt ételek fűszerezésére is.



76. Nasi Goreng



Indonézia, Malájzia

A Nasi Goreng sült rizst jelent. Ez a fogás az indonézoknak az, ami nekünk a brassói, azzal készítik, ami van otthon, vagy, ami megmaradt az előző nap. ami legtöbbször főtt rizs, így hozzáadnak friss zöldségeket, húsdarabkákat, rákot vagy halat, tojást, szinte mindből készítik. Minden család máshogy fűszerezi, de itt, nálunk Európában, leggyakoribb fűszerekből készítjük a keveréket. Ezek lehetnek: chili, szerecsendió, kurkuma, gyömbér, fokhagyma, só, feketebors, pálmacukor, hagyma, és sötét "Ketjap Manis" szósz.



Felhasználási javaslat: Főtt, rizses fogások ízesítésére, önmagában pedig kitűnő asztali fűszer.



77. Nitter Kibeh, Nit'ir Qibe

Etiópia, Szomália

Az etióp konyha tisztított vajat használ (olyant, mint a Ghi), csak jól megfűszerezi. Miért is? A trópusokon sokkal tovább eláll, azonkívül magasabb hőfokon lehet főzni vele. A fűszerek ízletessé, fogyaszthatóságot sokoldalúvá teszik, alig lehet betelni vele, olyan finom. A használatos fűszerek pedig: a görögszéna mag őrölve, a római kömény, a koriander mag őrölve, a kurkuma, a kardamom, a fahéj, a fokhagyma, a hagyma, a bors, a nigellamag őrölve és a szerecsendió. Szomáliában "Subag Soomaali"-nak nevezik, és általános konyhai fűszerkeverék, valamint hús konzerváló szer.



Felhasználási javaslat:

Az etióp jellegű ételek nélkülözhetetlen fűszerezése, mint a "Doro Wat", de minden lassú tűzön főtt húsetel, ragu, pörkölt, leves ízesítője. Zöldségfogások, tojásételek, sőt tofu fűszerezésére kiváló.



78. Örmény Chaimen



Örményország

Az örmények nemzeti, hagyományos fűszerkeveréke, amit vízzel keverve kenyér, (a "Lawash"), mártogató szósznak és hús ízesítésére használnak.

Főleg a nemzeti ételük, a "Basterma", ami egy szárított, vékonyra szeletelt húsetel, fűszerezésére használják. Az egyik fő hozzávalóról, a görögszénáról kapta a nevét. Összetevői: görögszéna, paprika, só, bors, római kömény, cayenne bors, szegfűbors, fokhagyma.

Felhasználási javaslat:

Kolbászok kiváló fűszerezésére, más szárított húsok, sonka ízesítésére. Finom mártogató szósz, ha vízzel vegyítjük, palacsinta tészta állagúra. Nyers és sült zöldségek mártogató szószának is finom.



79. Panch Phoron



India keleti tartományai, Bangladesh, Nepál

Az elnevezés szó szerint azt jelenti Öt-fűszer. Az indiai öt-fűszer keveréket Nepál déli részétől egészen Mianmarig mindenhol használják. További elnevezései: Panch Puran, Panch Phoran, Panchphoran, Panch Phutana, Paudkaune Masala. Mind az öt fűszer mag, ezek pedig a görögszéna, a nigellamag (fekete kömény), római kömény, a fekete mustármag és az édeskömény egyenlő arányokban keverve. Általában egész fűszerekből áll a keverék, de mivel a görögszéna magokat igen nehéz ledarálni, ezért őrölt változatban is kapható a kereskedelemben.

Felhasználási javaslat:

Hagyományosan a Panch Phoron-t zöldségekhez, csirke vagy marha curryhez, halételek, lencse-ételek, "Shukto" és savanyúság eltevésekor használják. Ragukba, pörköltbe szintén felemelő.



80. Pastrami

Észak-Amerika

Ez a híres New Yorki szendvics fűszerezése nem hagyható ki az összeállításunkból. A történészek azt állítják, hogy ezt a saftos, fűszerezett, füstös, rózsaszínre sült, érlelt marhahúst, a Romániából kivándorolt zsidók honosították meg Amerikában. Eredetileg liba és kacsza tartósítására használták az erőteljes fűszerezést, sózást és a füstölést. A mai reneszánsz szakácsok újra felfedezik ez a módszert, és más receptekkel is kísérleteznek, lazac, pulyka, csirke. Általában a hozzávalók a következők: feketebors, koriander, mustármag, barna nádcukor, paprika, chili, fokhagymapor, hagymapor és füstölt só, vagy füst esszencia.

Felhasználási javaslat:

A "Kat'z féle Sandwich"-hez természetesen ezzel fűszerezzük a benne lévő érlelt, sült marhahúst, de természetesen mindenféle sült húshoz használható, és biztosan előnyére válik. Használjuk dörzsfűszerként sütés előtt és közben, de finom még csirkéhez, rántotthalhoz és pulykahúshoz is.





81. Pav Bhaji Masala

India nyugati része

Mumbai vagy Delhi utcáin sétálva gyakran ennek a fűszerkeveréknek az illata csapja meg orrunkat, ugyanis az utcai kifőzdék a "Pav Bhaji"-t készítik és árúsítják. Azt jelenti: kicsi zöldséges pogácsák. Fűszerezését ezzel a Masala-val végzik, nagyon jellegzetes, dús, teltízű aroma, mindenki figyelmét odavonza, ellenállhatatlannak mondott utcai finomság. A készen kapható keverékben használnak koriandert, római köményt, chilit, kurkumát, amchoort (szárított zöld mangó őrölve), kardamomot, szegfűszeget, fahéjat, ánizst, édesköményt, gyömbért, asafoetida-t (ördöggyökér).

Felhasználási javaslat:

Használjuk húsgolyók, fasírtok, zöldséges fasírtok, általában olajsütőben készült darálthúsos ételek készítésekor. Indiai fogások, curry-k, indiai raguk, lassú tűzön főtt ételek fűszerezésére is.



82. Pilau Masala

Kelet-Afrikai országok

Az indiai bevándorlók hozták magukkal a fűszerkeverékeiket, a helyiek hozzáadták az övéket, így alakult ki ez a tipikus Kelet-Afrikai fűszerkeverék. Legtöbbször rizst fűszereznek vele, gyakran használják esküvőkön, vendéglátókon, és ekkor már nem csak rizst, de a fő húseteleket is ezzel ízesítik. Összetevői: római kömény, feketebors, szegfűszeg, fahéj, kardamom, piri-piri chili (madárszem chili)

Felhasználási javaslat: Főtt rizs ízesítésére, mint köret, de egy egyszerű gyorsételként magában is. Húsos, zöldséges ételek készítésekor, fűszerezésként.



83. Piri-Piri, vagy Peri-Peri



Angóla, Namíbia, Mozambique és Dél-Afrika

A portugálok fűszerezési szokásainak elterjedése Afrikában, a régi portugál gyarmatokon volt a legjellemzőbb. Swahili nyelven azt jelenti, hogy "bors-bors", de eza két szó nem takarja a csípősségre utalást, legalábbis nálunk nem. A madárszem chili a fő összetevője, így meglehetősen csípős, de kevernek még bele édes őrölt paprikát, citromhéjat, fokhagymaport, borsot, hagymaport, babérlevelet, bazsalikomot, tárkonyt és oregánót.

Felhasználási javaslat:

Ez a fűszer tökéletes a "Calde Verde", a portugál leves ízesítésére. Készíthetünk belőle "Molho de piri-piri"-t, egy portugál erős szósz, olíva olajjal keverve, majd pár napig a hűtőben érlelődni hagyjuk. Kiváló még sült csirke-, sült sertés-, marhahúson, sült halon is. Barbecue csirkét, vagy érlelt marhahúst, a sütés előtt kell jól beecsetelni ezzel a csípős szósszal.





84. Pizza Napolitana



Olaszország

A történészek szerint lapos kenyéren, különböző hozzávalókból készített feltét több ezer éves. Az igazi pizza Nápolyban alakult olyanná, ahogy ezt ma ismerjük. Az 1700-as évek végén a szegény Nápolyiak elkezték paradicsomszósszal kenni a lapos kenyereiket, majd további feltéteket hozzáadni, ami gyorsan népszerű lett. A Nápolyiak a pizzát extrém szenvedéllyel készítik, a legnépszerűbb étterem Nápolyban csak két féle pizzát szolgál fel, mondván csak ez az igazi, a "Marinara" és a "Margaritha". Fűszerkeverékek összetevői: oregano, bazsalikom, kakukkfű, rozmaring, paradicsom, fokhagyma, hagyma, pritamin.

Felhasználási javaslat: Nápolyi stílusú pizzák ízesítésére, paradicsomszószok ízesítésére.



85. Porterhouse Steak



Amerikai Egyesült Államok

Az elnevezés "Porterhouse" eredete vitatott. Van, aki arra esküszik, hogy a 19. századi Amerikában sok városban volt fogadó, amelyeket "Porter House"-nak hívtak, és egy nagy adag sült marhahússal és egy korsó sörrel tudtak szolgálni. A "Porter" ebben az esetben a sört jelenti, azt a sötét, nehéz italt, amit az angolok honosítottak meg Amerikában. A mai szofisztikált steak változat, a Porterhouse Steak, New Yorkban alakult a mai változáttá, valamikor 1814-ben, amikor Martin Morrison elkezdett T-bone Steaket felszolgálni az éttermében. A fűszerezése: feketebors, római kömény, cayennebors, rozmaring, só, fokhagyma, zsálya, fehér mustármag őrölve, zellermag őrölve és barnacukor.

Felhasználási javaslat: Mindenféle húsk grillelés előtti fűszerezésére, mint dörzsfűszer.



86. Provence, Herbes de Provence

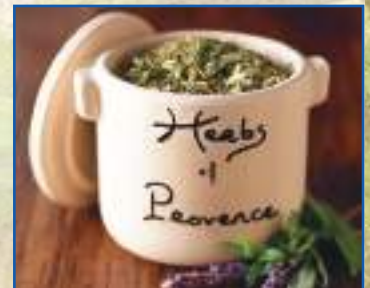


Franciaország

Franciaország napsütötte déli megyéinek fűszerkeveréke. Ezeken a tájakon a fűszernövényeknek erőteljesebb az illóolaj tartalmuk, ezért az igazi, onnan származó keverékkel óvatosabban bánjunk. A név csak viszonylag későn lett általánosan használva, van, aki egyenesen reklámfogásnak tartja, az Amerikába szánt fűszerkeverék eladásának az ösztönzésére, ezért mindig franciául írják a nevét, kicsit a híres francia konyha farvizeiben úszva. A használt fűszerek is különbözőek, a helyi konyhában a majoranna, a rozmaring, a kakukkfű, a borsikafű, a tárkony és az oregano használatos, de az amerikai változatot bővítik levendulával és egyéb zöld fűszerekkel. Soha sem használják a már főtt ételhez, mindig előtte, vagy főzés közben fűszereznek.

Felhasználási javaslat:

Használják sütés/grillzés előtti fűszerezésre, húsknál és halaknál egyaránt. Zöldségfőzelékek kitűnő ízesítője lehet, de a húsos, lassú tűzön főtt raguk, pörkölték előnyére válhat.





87. Pumpkin, Sütőtök fűszerkeverék



Amerikai Egyesült Államok

A sütőtök fogyasztása művészeti szintre emelve Észak-Amerikában alakult ki. Kifinonult fűszerezéssel, ezerféle variációval, az egyszerűtől az egészen meglepőig, mindenféleképpen találkozhatunk. A fűszerezésük viszont szinte mindig ugyanaz, a készen kapható keverék, melynek az összetevői fahéjból, őrölt gyömbérből, őrölt szerecsendióból, szegfűszegből és szegfűborsból tevődik össze. Egyes kifinomultabb verzióba tesznek még kardamomot és őrölt recsendióvirágot is.



Felhasználási javaslat:

Használjuk sütőtökből készült sütemények, édességek fűszerezésére. Az ízkalandorok kávéba, felferés előtt a tejszínhabba, pörkölt csontthéjasok fűszerezésére, egyes tésztaételekbe, cukkini és édesburgonya (batata) vagy sárgarépa fűszerezésére, palacsinta tészta ízesítésére is használják.



88. Quatre Épice



Franciaország

A Quatre Épice főleg Franciaországban használatos, de megtalálható a Közel-Keleti konyhákban is. A név egyszerűen 4-fűszert jelent. Összetevői, a négy fő, pedig az őrölt feketebors vagy a fehérbors, a szegfűszeg, a szerecsendió és az őrölt gyömbér. Vannak variációk, amelyek a bors helyett szegfűborsot, a gyömbér helyett pedig fahéjat tartalmaz. A másik két híres francia keverékkel, a Herbes de Provence és a Fines Herbes, ez a harmadik jellegzetes francia fűszerkeverék, melyek világszerte ismertek.



Felhasználási javaslat: Fűszerkenyerek, pl. a gyömbérkenyér (Gingerbread), sütemények, édestészták fűszerezésére. A franciák előszeretettel használják paték, terrine-ek, töltelékek, raguk, levesek, rostonsült húsok, répaételek, édesburgonya ételek ízesítésére.



89. Rajma Masala

India északi tartományai, Nepál, Bhután

A "rajma" vörös vesebabot jelent, ez a keverék ennek a nagyon népszerű fogásnak a fűszerkeveréke. Ez a sűrű, szaftos, kellemesen fűszerezett ételt rizsszel, vagy roti-val (indiai lapos kenyér) tálalják, annyira nagy becsben tartják, hogy előkelő eseményeken is ezt kínálják, lakodalmakon, vendégvárókon, stb. A keverék tartalmaz koriandert, amchoort, (szárított zöld mangó, őrölve), chilit, római köményt, feketeborsot, feketesót, görög-szénamagot, szerecsendiót, szegfűszeget, fahéjat, babérlevelet, kardamomot és köményt.



Felhasználási javaslat:

Babfőzelékek, borsófőzelékek, zöldségfőzelékek, kenyér, raguk, pörkölték, sűrű, nehezebb levesek, szószok fűszerezésére.



90. Ras el Hanout



Marokkó, Algéria, Tunézia

A jelentése "A bolt fő polca", ez a keverék minden egyes fűszerárus büszkesége, mindenki a sajátját keveri, ezzel csalogatják vissza a vevőket a boltjukba. Na persze az összeállítást hétpecsétetes titokként őrzik. Egy tucat összetevőből állhat, ezek lehetnek: kardamom, szegfűszeg, fahéj, chili őrlemény, koriander, római kömény, fekete bors, paprika, görögszéna mag, kurkuma. A drágább keverékekbe tesznek még sáfrányt, szárított rózsaszirmokat, írisz gyökereket, és sok-sok más, számunkra ismeretlen fűszereket.



Felhasználási javaslat: Pikáns ételek, Tagine-ben főtt ételek, raguk, pörkölték, lassú tűzön főtt ételek, szárnyasok, nyúl, sertés, szószok, rostonsülték, tésztafogások, rizottók, gőzölt ételek fűszere.



91. Rasam Masala

India déli része, Sri Lanka, Bangladesh

India déli részén, mindennap használatos fűszerkeverék. Legfőképpen lencséből készült vegetáriánus fogásokat fűszereznek vele, de használják egyéb ételek fűszerezésére is. Sok variáció létezik, és szinte mindegyikben használnak tamarindot és paradicsomot. A kereskedelemben kapható keverékekben találhatunk római köményt, koriandermagot, görögszéna magot, mustármagot, őrölt chilit, curry leveleket, fekete borsot, asafoetidát (ördöggyökeret), lencsét, sárgaborsót.



Felhasználási javaslat: Zöldségfőzelékek, lencsefőzelékek, babfőzelékek, levesek, raguk, lassú tűzön főtt húsos, vagy zöldséges ételek, rizses ételek fűszerezésére.



92. Salsa Comun

Olaszország

Az egyik legrégebbi ismert európai fűszerkeverék. Ruperto de Nola, I. Ferdinánd nápolyi király szakácsa készített egy keveréket, amit "Salsa Comun"-nek nevezett, az 1500-as évek elején. Ez a híres katalán szakács az egyik legelső szakácskönyvet is írta Európában, 1477-ben. Az ő eredeti keverési receptje nagy örömmel fennmaradt, ebben található: fahéj, szegfűszeg, gyömbér, koriander, fekete bors és sáfrány. Akkortájt ezek a fűszerek nagyon drágák voltak, keveseknek adatott meg, hogy megkóstolhatták az ezekkel főzött ételeket. Ez ma már nem így van, kedvünkre vásárolhatunk a világ fűszereiből, éljünk ezzel a lehetőséggel. A reneszánsz konyha sokkal bátrabban használt különleges hozzávalókat a mindennapi ételekbe, mint manapság elterjedt. Megtalálhattuk a ribizlit, a szőlőt, a szilvát, a datolyát, a mandulát, az ibolya virágát a vasárnapi húslevesben.

Felhasználási javaslat:

Használjuk raguk, pörkölték, levesek, zöldségfőzelékek, szószok, töltelékek, mártások ízesítésére.





93. Sambal Oelek,



Indonézia, Malájzia, Szingapúr

A Sambal egy csípős chili szósz, ami minden étkezőasztalon megtalálható szinte egész Dél-kelet Ázsiában. Az itthoni megfelelője az Erős Pista lehetne, de a Sambal tartalmaz egy két egzotikus fűszert is. Oelek örömet jelent, tulajdonképpen ezen a vidéken nyers fűszerekből, mozsárban őrlik, de nálunk a száraz változatát is lehet kapni, amit vízzel, olajjal péppé kell hígítani. A használatos fűszerek: chili variációk, gyömbér, fokhagyma, só, cukor, thai citromnád (tévesen citromfűnek is nevezik, de az egy másik növény itt nálunk) fehér része őrölve.



Felhasználási javaslat:

Használjuk asztali fűszerkrémként, utólagos ételízesítésre, de kiváló páclevekbe, marinádokba is. Pörkölték, raguk ízét mégjobban kiemelhetjük ezzel az édes-sós-savanykás chilikrémmel.



94. Sambar, Sambhar



India déli tartományai, Sri Lanka

A Sambar Dél-India leggyakrabban használt fűszerkeveréke. Maga a név az ételcsoportot is jelenti, amit ezzel a fűszerkeverékkel készítenek. Az eredete vitatott, "Sambaru padartha" azt jelenti, hogy fűszerkeverék, de van aki azt állítja, hogy egy Sambhaji nevű uralkodó tiszteletére nevezték el az alkalomra felszolgált ételt, és az ehhez használt fűszerkeveréket. Használatos benne curry levelek, koriander, római kömény, görögszéna mag, feketebors, chili, mustármag, kurkuma, asafoetida, amchoor, néha fahéj és feketesó.



Felhasználási javaslat: Szinte mindent fűszereznek vele, főtt rizst, lencseételeket, babételeket, sőt nagyon finom csirkeételekhez, főleg sült szárnyasokhoz, de olajban sült ételekhez is, mint a halak, húsgolyók, fasírtok, zöldségek (karfiol, tök, cukkini, stb) fűszerezésére is ajánlatos.



95. Sazón

Mexikó, Kuba, Puerto Rico, Közép-Amerika

A "Sazón" egyszerűen fűszerezést, sózást jelent spanyolul. Maga a keverék igencsak sós, sőt a vezető gyártók szinte csak MSG-t (monosodium glutamat) használnak, ami egy erőteljes ízfokozó, sokan allergiások erre a vegyületre. Keressük ezért mindig az MSG mentes fűszereket, keverékeket. A Sazón ételszínezés is használják, mert az Annatto (E160b) nevű orleánfa termését őrölve keverik a Sazón-ba, de paprika is majdnem olyan jó színezék. További összetevő a koriander, a római kömény, a fokhagymapor, a só, a kurkuma, a bors és néha a sáfrány.



Felhasználási javaslat: Raguk, lencse-, rizs és bab ételek, grill csirke, grillezett oldalas, csirke-paprikás, pörkölték, gulyások, főzelékek fűszerezésére, sózására használhatjuk.



96. Sel Épice

Franciaország

A hagyományos francia fűszerezett sókeverék, amit főleg húsok tartósítására használtak. De ma már sok-sok másra is használja a modern konyha. Margaret Visser: "A só az ízek rendőre, rendben tartja az ízeket, visszafogja az erőszakosakat, hogy a gyengébb fölött uralkodjon." Jamie Oliver: "A fűszerezett só a legegyszerűbb és alapvető módja az ételek befejezésének, olyan egyszerű és ízletes, de sajnos szinte senki sem csinálja." Mit tartalmazhat a keverék? fokhagymaport, chilit, paprikát, borsot, zöldfűszereket, őrölt gyömbért, őrölt mustárt, sok más.



Felhasználási javaslat: Keverjük olajjal, olvadt vajjal csirkesülték dörzsölésére, de szinte mindenre használhatjuk, amit sózni kellene, hús, hal, zöldség, ragu, leves, töltelék, salátaöntet, stb.



97. Serundeng

Indonézia, Malájzia

Indonézia egyik kedvenc fűszerkeveréke, amely már egy kicsit több, mint egy fűszerkeverék, mert tartalmaz kókuszreszeléket és tört földimogyorót is. Az üzletekben kapható fűszerkeverék legtöbbször csak a fűszereket tartalmazza, a kókuszreszeléket és a mogyorót nekünk kell hozzákeverni a használat előtt. A fűszerek pedig lehetnek: koriander, római kömény, só, palmacukor, hagymapor vagy granulátum, chili. Ha egzotikusabb keveréket szeretnénk, akkor keverjük hozzá garnélarák pasztát, tamarind szószt és olíva olajat is.



Felhasználási javaslat: Rizsételek, Stir-fry ételek tetejére szórva, panírként sült húsokhoz (csak olajfritőzben sütve, mert a kókuszreszelék könnyen odaég).



98. Shakshuka

Észak-Afrika, Izrael

Az egyik legnépszerűbb éttermi fogás a Shakshuka, mert látványos, egyszerű, szaftos, étvágygerjesztő. E fogás adta nevét a fűszerkeveréknek is, amivel a paradicsomos mártást fűszerezik. A neve állítólag a héber "leshakshek" szóból ered, ami azt jelenti, hogy összerázni. Egy másik elmélet szerint Maghreb-ből származik, Észak-Afrikából, és Tunéziában lett népszerű, majd innen vitték magukkal a zsidók vissza Izraelbe. Ezt a fogást főleg reggelire fogyasztják, de sok helyen kapható ebédre, könnyű vacsorának is, ekkor kenyérrel, baguette-tel fogyasztják. A keverék fűszerei pedig: hagymapor, fokhagymapor, chili, bors, só, kömény, római kömény, kurkuma, barna nádcukor, füstölt paprika, őrölt babérlevél.

Felhasználási javaslat:

Az eredeti fogás mellett használhatjuk még sok más tojásos ételre, rántotthoz, ragukhoz, pörköltekhöz, sőt töltelékhez is





99. Sharena Sol

Bulgária

A Sharena Sol annyit jelent: Színes Só. Fő fűszere a Bulgária szerte oly kedvelt borsikafű, ezen belül is a nyári borsikafű, mert ez édessebb, kifinomultabb aromájú, mint a téli borsikafű, vagy csombord. A legegyszerűbb fogás, de még az extravagán is fűszerezhető ezzel a "színes sóval", a bulgár étkezőasztalon ott a helye, mint asztali fűszer. Ha a borsikafűvet, a paprikát és a sót összekeverjük, kapjuk a Sharena Sol-t, mint alapkeveréket. Sok változata ismert, tájról-tájra változó, lehet benne még vad kakukkfű, chili, paprika, görögszéna mag, bazsalikom, kömény, darált tökmag, de még kukoricadara is.

Felhasználási javaslat:

Sült húson, hamburgerpogácsán, grillezett csirkén, zöldségeken, gombaételeken, sajtokon, kobászbán, pizzákon, szendvicseken, pirítosokon, szinte mindenféle ételen ízletes és finom.



100. Shawarma

Közel-Kelet

A Shawarma valószínű az egyik legismertebb étel a Falafel és a Hummus mellett. A jelentése a török szóból "cevirme", (tekerni) ered. Nem összekeverendő a Gyrosszal, vagy a kebap-pal, mert a fűszerezése és a hús pácolása, marinálása egészen más. A sütési mód viszont hasonlít a gyroszra, itt is a függőlegesen egymásra szorosan megrakott húsrétegekből vágdosnak megfelelő adagokat, amit aztán pita kenyérben kínálnak tahini vagy más fajta szósszal, pl. fokhagymaszósszal, és friss zöldségekkel. A keverékben használnak római köményt, koriandert, fokhagymaport, paprikát, kurkumát, cayenne borsot, szegfűszeget, szerecsendiót, fahéjat és borsot, de ezek az összetevők országról országra változnak.

Felhasználási javaslat: Sült, grillezett, roston sült húsok kiváló ízesítője.



101. Shichimi Togarashi

Japán

A Shichimi Togarashi eredete az 1600-as évek nyúlik vissza. Az Edo-i (ma Tokyo) fűszerkereskedők készítették, és nevezték az eredeti származási helye után Yagenbori-nak. Ma Japánban három féle shichimi-t lehet kapni: a "Yagenbori" (Sensō-ji környékén árulják), a "Shichimiya" (Kiyomizu-dera környékén árulják) és a "Yawataya Isogorō", (Zenkō-ji környékéről). Mindegyik kicsit más, de a fő hozzávalók a: fekete szezámmag, fehér mák, paprika, narancshéj, chili, szechuáni bors, gyömbér, pirított tengeri alga, tengeri só, fehér szezámmag pirítva.

Felhasználási javaslat: Levesekben, udon tésztához, yakitori ételekhez (csirkedarabok nyárs-on), Stir-Fry ételekhez (Wok-ban készült étel), és mindenféle húshoz, marha, sertés, használjuk.





102. Szingapúr Curry

Szingapúr, Malájzia

Szingapúr az évszázadok óta használt legfontosabb Távol-Keleti tengeri útvonal torkában fekszik. Megfordult itt kínai, maláj, tamil, indiai, európai és thaiföldi tengerészek, kereskedők egyaránt. Mind hozzátette a saját fűszerezési szokásait a helyi konyhához, ez alakította a vidékre jellemző fúziós konyhaművészetet. Az alapanyagok lehetnek: chili, római kömény, koriander, édeskömény, feketebors, fahéj, kardamom, szegfűszeg, kurkuma, szercsendió, ánizs vagy csillagánizs, gyömbér, fehérbors, görögszéna mag, szegfűbors, citromhéj, stb.

Felhasználási javaslat: Stir-Fry (Wok) tésztaételekben, tengeri herkentyűk fűszerezésére. Húsok sütés előtti dörzsfűszerezésére, csirke curry-k, rizsételek, grillezett rákok ízesítésére kiváló.



103. Svanuni Marili

Grúzia

Az észak grúz hegyvidék Svaneti után kapta az elnevezését, azt jelenti "Svaneti só". Főleg asztali fűszerezésként használják, mert só-tartalma magas. A sőt ízesítik fokhagymával, korianderrel, chilivel, római köménnyel, szárított zöldfűszerekkel, pl. petrezselyem, kakukkfű, zsálya, tárkony, rozmaring, kapor, görögszéna, stb. Ha paradicsomos szósszal és olíva olajjal keverjük, egy Adjika nevű, Ukrajnában és dél-Oroszországban is használatos szószt kapunk. Sokszor tévesen bulgárnak vagy oroszoknak vélik ezt a keveréket.

Felhasználási javaslat: Asztali fűszerként ételek, szendvicsek, sülték, grillezett húsok, zöldségek fűszerezésére, sózására. Az Adjika-t pedig mártogató szósznak.



104. Tabil

Tunézia

Azt jelenti: fűszerezni tunéziai arabul, habár azt is jelenti, hogy őrölt koriander. Történészek azt állítják, hogy az 1492-ben az andalúz muszlimok hozták Tunéziába, amikor Grenada eleste után nem voltak hajlandók átkeresztelkedni, inkább kivándoroltak Észak-Afrikába. Ma már az a keverék egyet jelent Tunéziával. A keveréket úgy készítik, hogy a koriandert mozsárban megőrlik, a napon megszáritják, majd köményt, cayenne borsot, fokhagymát kevernek hozzá. Ha azonnali felhasználásra készítik, akkor friss fokhagymát, ha későbbi alkalomra, akkor fokhagymaport kevernek bele. A keverék földes, élénk, citromos, csípős érzést nyújt egyszerre.

Felhasználási javaslat:

A tunéziai szakácsok szinte minden raguban, pörköltben, levesben ezt használják. Hummuszhoz (csicseriborsó szósz), grillezett, sült zöldségekhez, grillezett, sült halakhoz, húsokhoz használhatjuk.





105. Tandoori Masala



Észak-India, Pakisztán, Afganisztán

A Tandoori Masala fűszerkeverék kimondottan a "tandoor", az agyából készült pici kemencefésülésben készített ételek hagyományos fűszerezésére használják. A "tandoori" csirkeételek elterjedésével már szinte az egész világon elterjedt a fűszerkeverék használata, és már nem csak tandoor-ban készítik, hanem edényben modern tűzhelyeken. A keverék összetétele azonban maradt az eredeti: fokhagymapor, gyömbér, szegfűszeg, szerecsendió, római kömény, szerecsendió virág, koriander, görögszéna mag, fahéj, feketebors, kardamom, chili és cayenne bors.



Felhasználási javaslat:

Sült csirke, joghurttal kevert tandoori masala-val, majd sütőben kisütve magas hőfokon. A híres vaj csirke (Butter Chicken), vagy másfajta húsok pácolásához, grillezéséhez, sütéséhez használjuk.



106. Tea Masala, Chai Masala



India

Eredetileg indiai teaivási szokás, de ma már az egész világon elterjedt. Habár eredetileg, hagyományosan zöld cardamommal, fahéjrudakkal, szegfűszeggel, gyömbérrel és feketeborssal készítették, sok, főleg nyugaton elterjedt változatban vaníliarudakat, csokoládét, vagy kakaóport is kevernek bele, sőt filteres változatot is lehet már kapni. Az alaptea egy erős feketetea, így a fűszerek nem hatnak túl erőszakosnak. Ilyen az "Assam" tea, ami a legelterjedtebb teafajta Indiában. A Kashmíri Chai Masala-t a "Gunpowder" teából főzik. Mi óvatosan fűszerezzük a teát, ha nem vagyunk hozzá szokva ehhez a fogyasztási szokáshoz.



Felhasználási javaslat: Tea, kakaó, kávé fűszerezésére, főleg téli, adventi időszakban finom.



107. Tempero Baiano

Brazília

A jelentése Bahia-i fűszerezés, észak-kelet Brazília részéről származik eredetileg, de ma már egész Braziliában elterjedt. Az ízválasztás modern konyhaművészet kiszemelte magának a kifinomult fűszerezési szokásokkal rendelkező brazil ételeket, mint a következő nagy "durranás". Brazília hatalmas ország, ezért sok helyi változata ismert e remek fűszerkeveréknek, de a fő hozzávalói a római kömény, a szárított petrezselyem, a kurkuma, a fehérbors, a chili, a cayenne bors, az oregano, a babérlevél, a szárított bazsalikom, a majoranna és a szerecsendió lehetnek.



Felhasználási javaslat: Babból, kukoricából, zöldségekből, burgonyából készült ételek remek fűszerezésére. Kolbászok, csirke-, sertés- és marhahúsok fűszerezésére, grillezésnél, sütésnél.



108. Tex-Mex



Amerikai Egyesült Államok, Mexikó

A név "Tex-Mex" tulajdonképpen a Texas-Mexican Railway (vasútvonal) beceneve. Ez egy tipikus határmenti keveredés a két kultúra két féle főzési szokásainak. Mindkét oldal adta a magáét, és ebből alakult ki, nem is olyan régen a Tex-Mex fűszerezés, ételkészítési módszer. A bennszülött indiánok, a spanyol hódítók és az angolszász bevándorlók ételkultúrája olvadt össze, amely ma az egész Egyesült Államokban közkedvelt. Összetevői: chili, paprika, gyömbér, bors, római kömény, hagymapor, fokhagymapor, kakukkfű, oregano.



Felhasználási javaslat: Tex-Mex ihletésű ételek, babot, kukoricát tartalmazó fogások, tortillas, taquitos, sajtos ételek, marha- és sertéshúsos ételek általános fűszerezésére, ízesítésére használjuk.



109. Thai 7-fűszer

Thaiföld

Tudta, hogy a thai konyha arról híres, hogy a lehető legkifinomultabban tudja egyensúlyozni az ízeket az ember nyelvéhez mérve, a négy ízhez, amire az emberi nyelv érzékeny? Az ízlelőbimbók érzékelik a keserűt, a savanyút, a sósat és az édeset. A thai konyha mindegyik fogása tartalmaz legalább 3-at, de legtöbbször 4-et az ízekből. Ez a keverék is ezt a hatást hivatott előidézni, ezért használnak ebben a keverékben római köményt, fehér- és feketeborsot, chilit, fokhagymát, gyömbért, cukrot, sót, citromhéjat, stb.



Felhasználási javaslat: Ennek a keveréknek ízfokozó hatása van szinte bármilyen ételen. Használjuk kókusztejjel keverve pácnak, vagy száraz dörzsfűszernek mindenféle húsféleségeken.



110. Thai piros curry



Thaiföld

A thai piros curry nagyon népszerű fűszerezési módszer azoknál, akik csak ismerkednek a thai konyhával. Ezzel a fűszerkeverékkel nagyszerű thai fogásokat készíthet bárki, mert az nagyon eltér az indiai curry-k meglehetősen határozott ízvilágától, könnyebbek, általában halszósszal, és vagy kókusztejjel kiegészítve, kiegyensúlyozott ízvilágot képviselnek. A piros nevet a paprikáról, chiliről kapta, további hozzávalók: thai citromnád szárítva, tengeri só, őrölt galangál gyökér (thai gyömbérfajta), római kömény, koriander, feketebors, korianderlevél szárítva, kaffir lime levél szárítva, bazsalikom, salotta hagymapor, cukor és menta.



Felhasználási javaslat:

Stir-fry (wok) ételek gyors fűszerezésére, thai stílusú curry-k, levesek, raguk, pörköltök ízesítésére. Keverjük halszósszal a húsok pácolására, marinálására, majd a kész ételhez keverjük kókusztejet. Vegetáriánus, bambuszrüggyel és tufuval készült ételekhez, garnélarákhoz, halhoz kifinomult.



111. Thai Sárga Curry



Thaiföld

A Thai Sárga Curry, a "kaeng kari", egyike a három nagy thai curry-keveréknek. Thaiföldön általános a használata, de még a nyugati éttermek is szívesen használják. Nem keverendő össze az indiai curry-vel, habár azok is sárgák, de tartalmilag jelentősen eltérnek a thai curry-től, még használatában is, mert nemcsak kókusztejet, de kókuszkrémet is használnak a thai curry ételek elkészítésekor, ezáltal sokkal selymesebb, krémesebb lesz a kész étel. A thai curry tartalmaz: római köményt, kurkumát, görögszéna magot, fokhagymát, sót, babérlevelet, thai citromnádat, cayenne borsot, gyömbért, szerecsendió virágot, fahéjat, pálma cukrot, galangál gyökeret, chilit és garnélapasztát.



Felhasználási javaslat:

Thai ihletésű fogások, csirkecurry, halcurry, kacsa, zöldséges curryk, garnélará curryk készítéséhez.



112. Thai Zöld Curry



Thaiföld

A thai Zöld Curry, a "kaeng khiao wan", szó szerint azt jelenti, hogy zöld, édes fűszerkeverék. Az édes nem az ízére utal, hanem a színére, mert az a curry, amelynek a fő alapanyaga a nyers, zöld chili, meglehetősen csípős. Ez a curry is kókusztej felhasználásával készül, és főleg Thaiföld középső tartományjaiban elterjedt a használata. Az összetevői variálhatnak vidékről vidékre, de szinte mindig megtalálható benne a friss zöld chili, a salotta hagyma, a fokhagyma, a galangálgyökér, a friss thai citromnád, a kaffir lime gyümölcs héja, vagy a levele, koriandergyökér, friss koriander levél, fehérbors, koriandermag, római kömény, tengeri só, garnélapasztá, halszós.



Felhasználási javaslat: halcurry, rákok, tengeri herkentyűk, marhahús curry, rizsételek.



113. Tikka Masala



Egyesült Királyság

A Tikka Masala annyira angol, mint a Yorkshire Pudding, állítják a mai angolok. Valóban ez a fogás nem Indiából származik, még ha a neve megtévesztő is. A gyarmatról visszatérő angol urak, köztisztviselők igényére készítették Angliában a Bengali szakácsok, hogy a hazatérő angol urak megszokott indiai étkezési szokásait ki tudják elégíteni otthon is. A keverék tartalmazhat: őrölt gyömbért, fokhagyma granulátumot, római köményt, paprikát, görögszéna magot, zöld kardamomot, chilit, szerecsendőt, koriandert, feketeborsot, fahéjat, szerecsendió virágot, szegfűszeget, kurkumát, barna mustármagot, babérlevelet.



Felhasználási javaslat: Húsból készült curry-k elkészítéséhez, pl. csirke, nyúl, marha, bárány.



114. Tsire

Nyugat Afrika

A Tsire fűszerkeverék az egyik legelterjedtebb keverék Nyugat-Afrikában a hagyományos konyhában. Ez egy édes, csípős, melegítő, aromás keverék a pörkölt földimogyoró és magok használatával. Nem annyira erőteljes, mint az Észak-Afrikai keverékek általában, mert a szakácsok errefelé visszafogottan használják a gyömbért, a koriandert, a kakukkfűvet, viszont a chilit nem sajnálják belőle.

Felhasználási javaslat: A Tsire fantasztikusan jó dörzsfűszer, perfekt grillezéshez, sütőben- vagy kemencében sült húsokhoz, olajban sütéshez, rostonsütéshez. Az "Egusi soup" leves ezzel készül, de minden olyan raguval, pörkölttel, amelyben van földimogyoró, kiválóan harmonizál. Joghurttal keverve, mártogató szósz.



115. Tzatziki

Görögország

Görögország íze, a joghurt és az uborka, fantasztikus húsokhoz. Tegyük hozzá egy kis citromlevet, mentát, fokhagymát és fűszereket, és már csak a napsütés hiányzik. A fűszerek pedig az oregano, a fokhagyma, a kapor, a bazsalikom, a menta, a petrezselyem. A környező országokban sokféle variációja létezik az uborka/joghurt ételekre, amiket főleg levesként fogyasztanak. Ilyenek a "tarator", a "cacik" hideg leves, az "ovdukh", itt kefirt használnak a joghurt helyett, a "mast-o-khiar", vagy az indiai "raita" leves.

Felhasználási javaslat: Grillezett, sült, roston sült húsok igazán finom kiegészítő szósz, gyros, souvlaki, kalamari (tintahal), garnélarák kísérője, de kenyér és zöldségek mártogató szósz is lehet.



116. Vadouvan

Indiai Puducherry régió, Franciaország

A Vadouvan, néha Vaudouvan, egy használatra kész indiai curry keverék, határozott francia behatással, vagyis egy indiai keverék a nyugati világ számára "megszelídített" változata. A "haut cuisine" kedvelt fűszere világszerte. A francia hatás ebben a keverékben a salotta hagymapor/granulátum és a fokhagymapor, ezek egyáltalán nem szokványosak egy curry keverékben. Tartalmaz még görögszénamagot, szárított curry levelet, de elég hosszú a hozzávaló lista. A Vadouvan egy szuper pikáns, harmónikus ízkavalkád, egzotikus, inkább öleli az ételt, minthogy dominálná, jutalmazza a kreativitást, öröm vele fűszerezni.

Felhasználási javaslat:

Húsok dörzsfűszere, grillezett húsok íz dominátora, de vinegrette szósz is, de bármit ízesíthetünk vele. Bármilyen falatkák, chips, vagy pattogatott kukorica mártogató szósz. A bátrabbak fagylalt ízesítésére, (főleg csokoládé fagyi), belekeverve, vagy tetejére szórva használják.





117. Vegeta

Horvátország

A Vegeta 1959-ben született, mint termék, és azonnal nagyon népszerű lett, főleg a hiánygazdaságokban, mint Magyarország. Mást nem is lehetett kapni az üzletekben, ezért beette magát a magyar háziasszonyok mindennapi ízesítési szokásaiba. A kezdetektől fogva ma már sok minden változott, pl. sótartalma nem olyan magas, de még mindig jelentős, és nem ízfokozó mentes (!). Az egyetlen egészséges tartalma a szárított zöldségfélék, és ma már számos olyan termék található a piacon, amelyek mindezt kínálják de ízfokozó és só nélkül, ha gondolunk az egészségünkre, akkor ezeket válasszuk.

Felhasználási javaslat:

A magyar konyhában szinte mindenre használják, levesek, főzeléket, húsos, főtt ételek ízesítésére.



118. Vindaloo Curry Masala

Indiai Goa régió

A név a portugál "carne de vinha d'alhos" elnevezésből ered, jelentése "hús borral és fokhagymával". Az indiai Goa régió jellegzetes étele, ahol a portugál befolyás még mindig nagy. De Mumbai-ban is szívesen veszik menüre az éttermek. Angliában országszerte közkedvelt étel, szintén a gyarmati múlt miatt. A bor helyett ma már ecetet használnak, a méregerős kashmiri chilik mellett. További összetevői a római kömény, a bors, a kardamom, a afháj, a fekete mustármag, a görögszéna mag, a gyömbér és a koriander. A főznievaló húst általában egy éjszakán át pácolják ebben az ecetes-fűszeres-cukros lében, és az eredmény egy édes-savanyú finom, karakteres ízvilág, amely oly jellegzetes a "Vindaloo", "Vindallo", vagy "Vindalho" fogásokra.

Felhasználási javaslat: Halcurry, rákok, tengeri herkentyűk, marha curry, bárány curry ízesítésére.



119. Xacuti Curry Masala

Indiai Goa régió

A Xacuti Curry a Goa régió jellegzetes, portugál hatású étele. Nagyon csípős, az európaiak számára szinte már élvezhetetlen, de ott, ahol a fertőzések mindennaposak, kell ez a capsaicin védelem a bélrendszernek. Ezért a nálunk kapható kész Xacuti keverékek mérsékelten csípősek, ugyanakkor édeskés, trópusi illatvilágot varázsol maga köré, használata egzotikus érzést kelt. Összetevői: chili, koriander mag, szerecsendió virág, szerecsendió, kardamom, bors, római kömény, kurkuma, szegfűszeg, só.

Felhasználási javaslat:

Csirke curry, hal curry, marhahús curry, sertéshús curry, rák curry, zöldség curry, raguk, pörkölték fűszerezésére. Grillezésre, rostonsütésre szánt húsozok száraz, vagy nedves dörzsfűszerezésére.





120. Yaji - Suya Pepper

Nigéria, Nyugat Afrika

A Yaji fűszerkeveréket Nigériában húsételek, a "Suya" ízesítésére használják. Úgy tartják, hogy a grillezett húshoz a valaha történt legjobb dolog a Suya. A fogyasztásakor szomjasak leszünk, ezért sok vizet kell innunk, ami teltségérzetet ad, és így fogunk is egy picit. Általában nyársra húzott, grillezett húsokat fűszereznek ezzel a keverékkel, ami gondot is okozhat a helyi viszonyok között, mert a hús nem mindig sül át teljesen, elpusztítva a károsítókat. Nálunk ettől nem kell félni, de jó, ha a saslikot, nyársra húzott húsokat átsütjük teljesen, főleg a csirke és a sertéshúsoknál kell ezt megtenni.

Felhasználási javaslat: A Yaji-t saslikok, grillezni szánt húsok fűszerezésére használjuk.



121. Zahtar, Za'atar

Közel-kelet



A Zahtar egy ősrégi fűszerkeverék, évezredek óta használják. A név a szíriai oregano neve is, nem csak a keverék neve. Maga a keverék változik országról országra, faluról falura, családtól családig, attól függően, melyek a helyi jellegzetes, szárított zöldfűszerek. A nyugati világban kapható kész keverékek tartalmazzak oreganot, kakukkfűvet, őrölt sumac-ot, borsikafűvet, szezámmagot, tengeri sót, néha római köményt és feketeborsot is.



Felhasználási javaslat: Sült süttők, avokádo, olíva bogyók, tojások, levesek, szinte bármire használható. Londoni szakácsok a grillezett húsoktól a frissen sült kenyerekig, mindenre szórják.



122. Zhug, Skhug, Zhoug

Yemen, Izrael



A Zhugra úgy gondoljunk, mit egy pesztóra. A keverék fűszerei ugyan szárítottak, de mindig a friss, péppé zúzott chilipaprikához, és a zöldfűszerekhez adjuk. Eredete Yemen, de a yemeni zsidók meghonosították Izraelben, ahol gyorsan népszerű lett. Van zöld Zhug, ekkor zöld chili paprika a fő hozzávaló, és van vörös Zhug, amikor friss piros chili paprikával készítik. Szinte minden falafel árus kínál Zhug-ot is, mint szósz a falafeléhez. Ha tejjel keverjük, akkor fantasztikusan finom mártogató szószot kapunk falatkáinkhoz, grillezett húsainkhoz, húsgolyóinkhoz. Tartalmaz a chilin kívül római köményt, kardamomot, koriandert.

Felhasználási javaslat:

Grillezett húsok, cukkini, padlizsán, burgonyás ételek, hamburger, tacos, burritos, szendvics, humusz ízesítésére. Készre főzött levesekhez kanalazzunk egy kicsit, keverjük paradicsompürével, hogy egy finom, más fajta mártogató szószot kapjunk. Rizzsel, quinoával keverve egzotikus étel.



**Hétvégére tervez vacsorát? Adja le [Csütörtök délig](#) a rendelést, és
péntekre már meg is kapja. Házhoz szállítva!**

**A délig (12.⁰⁰-ig) leadott rendeléseket másnapra szinte mindig megkapja.
De csak akkor, ha a másnap munkanap. Nyugodtan tervezzen egzotikus ebédet,
vacsorát, mi szállítjuk hozzá a különleges hozzávalókat!**

**Az összeállításunk a
klasszikus, egzotikus
fűszerkeverékekből
csak egy kis szelet a világ
fűszerkeverékeiből, de egy
jó kezdet a megismerkedéshez.**

Lexikonunk a teljesség igénye nélkül készült, és biztosan lesz olyan keverék, amelyet ismer és nincs itt a lexikonban. Azokat a keverékeket próbáltuk összegyűjteni, amelyek szerephez juthatnak, egy a világ ízeire kíváncsi ember étелеiben. Remélem, hasznos információval szolgálhattam, és abban is reménykedem, hogy lesznek sokan olyanok, akik nem csak olvasni szeretnének ezekről, hanem bátran ki is próbálják ezeket az egzotikus ízeket.

Ez az összeállítás a www.egzotikusfuszerek.hu webáruház kínálatára alapozva lett elkészítve.

Sok sikert kívánok az ételek elkészítésében!

Üdvözlettel

Vida László - egzotikusfuszerek.hu

© Vida László, (Kingfisher Kft), minden jog fenntartva. Idézni, másolni, részben vagy egészben csak írásos engedéllyel megengedett.